



| ŚNIADANIE                      |                             |       | II ŚNIADANIE                   |                                 |       | OBIAD                           |                              |       | PODWIECZOREK                    |                             |       | KOLACJA                         |                                 |       |
|--------------------------------|-----------------------------|-------|--------------------------------|---------------------------------|-------|---------------------------------|------------------------------|-------|---------------------------------|-----------------------------|-------|---------------------------------|---------------------------------|-------|
| Indeks                         | Nazwa Potrawy (Produktu)    | Norma | Indeks                         | Nazwa Potrawy (Produktu)        | Norma | Indeks                          | Nazwa Potrawy (Produktu)     | Norma | Indeks                          | Nazwa Potrawy (Produktu)    | Norma | Indeks                          | Nazwa Potrawy (Produktu)        | Norma |
| 201                            | Jaja                        | 1 s   | 010981                         | Płatki jęczmienne na mleku got. |       | 01168                           | Grysikowa lekk.got. (porcja) |       | 16028                           | Podwieczorek (pol) (porcja) |       | 1315                            | Kielbasa szynkowa               | 60 g  |
| 1343                           | Szynka gotowana             | 40 g  |                                | Mleko                           | 300 g |                                 | Marchew                      | 50 g  |                                 | Polędwica wędz.             | 50g   | 3635                            | Salata lodowa                   | 50 g  |
| 3628                           | Pomidory                    | 50 g  |                                | Płatki jęczmienne               | 30 g  |                                 | Selery                       | 20g   |                                 | Masło roślinne              | 10g   | 1710                            | Herbata b/c, chleb, mr (porcja) |       |
| 3634                           | Salata ziel.                | 10 g  |                                |                                 |       |                                 | Pietruszka                   | 20g   |                                 | Chleb krojony               | 50g   |                                 | Herbata                         | 2 g   |
| 1708                           | Herbata b/c,chleb sł,mr (s) |       |                                |                                 |       |                                 | Ziemniaki                    | 150g  |                                 |                             |       |                                 | Masło roślinne                  | 10 g  |
|                                | Herbata                     | 2 g   |                                |                                 |       |                                 | Kasza manna                  | 25g   |                                 |                             |       |                                 | Chleb krojony                   | 100 g |
|                                | Chleb słonecznikowy         | 100 g |                                |                                 |       |                                 | Sól                          | 10g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                | Masło roślinne              | 10 g  |                                |                                 |       |                                 | Jarzynka                     | 2g    |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       | 02021                           | Gulasz wieprz.got. (g)       |       |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Łopatką wieprzowa            | 100g  |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Margaryna                    | 5g    |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Mleko                        | 40g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Mąka pszenna                 | 10g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Pietruszka                   | 20g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Selery                       | 20g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Marchew                      | 20g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       | 09141                           | Ziemniaki got. (g)           |       |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Ziemniaki                    | 300g  |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Mleko                        | 15g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       | 09062                           | Jarzynki got.opr. (g)        |       |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Margaryna                    | 7g    |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Marchew                      | 80g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Mąka pszenna                 | 5g    |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Pietruszka                   | 50g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Selery                       | 50g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       | 13219                           | Kompot z jabłek b/c got. (g) |       |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
|                                |                             |       |                                |                                 |       |                                 | Jabłka                       | 80g   |                                 |                             |       |                                 |                                 |       |
| Wartość kaloryczna _____ [cal] |                             |       | Wartość kaloryczna _____ [cal] |                                 |       | Wartość kaloryczna: _____ [cal] |                              |       | Wartość kaloryczna: _____ [cal] |                             |       | Wartość kaloryczna: _____ [cal] |                                 |       |
| Wartość zestawu: _____ [zł]    |                             |       | Wartość zestawu: _____ [zł]    |                                 |       | Wartość zestawu: _____ [zł]     |                              |       | Wartość zestawu: _____ [zł]     |                             |       | Wartość zestawu: _____ [zł]     |                                 |       |

| Wartość Energetyczna |          | Tłuszcze | Kwasy Tłuszcz. Nasycone | Węglowodany | Cukry | Białka | Sól   | Sód     | Błonnik | Cholesterol |
|----------------------|----------|----------|-------------------------|-------------|-------|--------|-------|---------|---------|-------------|
| [ kJ ]               | [ kcal ] | [ g ]    | [ g ]                   | [ g ]       | [ g ] | [ g ]  | [ g ] | [ mg ]  | [ g ]   | [ mg ]      |
| 10091.00             | 2410.00  | 73.74    | 22.63                   | 339.16      | 47.11 | 115.73 | 17.00 | 1572.47 | 57.83   | 317.10      |

| POSIŁEK      | Występujące Alergeny                   |
|--------------|----------------------------------------|
| Śniadanie    | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |
| II Śniadanie | Mleko Gluten                           |
| Obiad        | Mleko Seler Gluten                     |
| Podwieczorek | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |
| Kolacja      | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |

