



| 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 |
| 1209                           | Poledwica drobiowa              | 60 g  | 010981                         | Płatki jęczmienne na mleku got. |       | 01166                           | Solferino lekk. got. (porcja)        |       | 16030                           | Podwieczorek (ser top.) (porcja) |       | 1343                            | Szynka gotowana                 | 60 g  |
| 3628                           | Pomidory                        | 50 g  |                                | Mleko                           | 300 g |                                 | Marchew                              | 50 g  |                                 | Ser topiony 100 g                | 50 g  | 3635                            | Salata lodowa                   | 50 g  |
| 1710                           | Herbata b/c, chleb, mr (porcja) |       |                                | Płatki jęczmienne               | 30 g  |                                 | Selery                               | 20 g  |                                 | Masło roślinne                   | 10 g  | 1710                            | Herbata b/c, chleb, mr (porcja) |       |
|                                | Herbata                         | 2 g   |                                |                                 |       |                                 | Pietruszka                           | 20 g  |                                 | Chleb krojony                    | 50 g  |                                 | Herbata                         | 2 g   |
|                                | Masło roślinne                  | 10 g  |                                |                                 |       |                                 | Mleko 2%                             | 20 g  |                                 |                                  |       |                                 | Masło roślinne                  | 10 g  |
|                                | Chleb krojony                   | 100 g |                                |                                 |       |                                 | Ziemniaki                            | 150 g |                                 |                                  |       |                                 | Chleb krojony                   | 100 g |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Mąka pszenna                         | 10 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Sól                                  | 10 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Konc.pomidor.30%                     | 20 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Jarzyńka                             | 2 g   |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       | 07063                           | Ryba got.w jarzynach (g)             |       |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Filety rybne                         | 100 g |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Marchew                              | 40 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Pietruszka                           | 20 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Selery                               | 20 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       | 09141                           | Ziemniaki got. (g)                   |       |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Ziemniaki                            | 300 g |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Mleko                                | 15 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       | 09126                           | Surówka z marchewki i jabłka b/c (g) |       |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Marchew                              | 150 g |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Śmietana 18%                         | 20 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Majonez                              | 20 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Jabłka                               | 60 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       | 13219                           | Kompot z jabłek b/c got. (g)         |       |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
|                                |                                 |       |                                |                                 |       |                                 | Jabłka                               | 80 g  |                                 |                                  |       |                                 |                                 |       |
| 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 ]      |
| 9559.00              | 2282.00  | 58.24    | 22.21                   | 331.38      | 55.40 | 81.01  | 17.23 | 705.60 | 48.85   | 454.60      |

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

