



| 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 |
| 1624                           | Szynka kanapkowa                      | 40 g  |                                |                          |       | 01126                           | Koperkowa lekk.got. (ml)                 |       | 3309                            | Wafelki                  | 1sz   | 1333                            | Ogonówka                              | 40 g  |
| 13103                          | Herbata,bulka 5.masło (g)             |       |                                |                          |       |                                 | Ziemniaki                                | 150g  |                                 |                          |       | 13103                           | Herbata,bulka 5.masło (g)             |       |
|                                | Herbata                               | 2 g   |                                |                          |       |                                 | Mąka pszenna                             | 5g    |                                 |                          |       |                                 | Herbata                               | 2 g   |
|                                | Cukier                                | 20 g  |                                |                          |       |                                 | Koperek                                  | 10g   |                                 |                          |       |                                 | Cukier                                | 20 g  |
|                                | Bulka 50 g                            | 1 s   |                                |                          |       |                                 | Marchew                                  | 30g   |                                 |                          |       |                                 | Bulka 50 g                            | 1 sz  |
|                                | Masło                                 | 10 g  |                                |                          |       |                                 | Pietruszka                               | 10g   |                                 |                          |       |                                 | Masło                                 | 10 g  |
| 01098                          | Płatki owsiane na mleku got. (porcja) |       |                                |                          |       |                                 | Selery                                   | 10g   |                                 |                          |       | 01098                           | Płatki owsiane na mleku got. (porcja) |       |
|                                | Mleko                                 | 300 g |                                |                          |       |                                 | Mleko                                    | 40g   |                                 |                          |       |                                 | Mleko                                 | 300 g |
|                                | Płatki owsiane                        | 30 g  |                                |                          |       |                                 | S ó l                                    | 10g   |                                 |                          |       |                                 | Płatki owsiane                        | 30 g  |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Jarzynka                                 | 2g    |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       | 2106                            | Bitek drobiowy got. w sosie jarz. (porcj |       |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Filet kurczaka                           | 100g  |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Marchew                                  | 30g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Mleko                                    | 40g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Pietruszka                               | 30g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Selery                                   | 30g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Mąka pszenna                             | 20g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Margaryna zw.                            | 5g    |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       | 09141                           | Ziemniaki got. (g)                       |       |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Ziemniaki                                | 300g  |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Mleko                                    | 15g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       | 09062                           | Jarzynki got.opr. (g)                    |       |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Margaryna                                | 7g    |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Marchew                                  | 80g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Mąka pszenna                             | 5g    |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Pietruszka                               | 50g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Selery                                   | 50g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       | 13220                           | Kompot z jabłek got. (porcja)            |       |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Jabłka                                   | 80g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Cukier                                   | 20g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
| 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 ]      |
| 9914.00              | 2367.00  | 34.95    | 14.00                   | 405.12      | 120.47 | 82.17  | 14.40 | 927.92 | 63.43   | 228.90      |

| POSILEK      | Występujące Alergeny                           |
|--------------|------------------------------------------------|
| Śniadanie    | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten         |
| II Śniadanie |                                                |
| Obiad        | Mleko Seler Gluten                             |
| Podwieczorek | Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Soja Gluten |
| Kolacja      | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten         |

.....

.....

.....

.....

.....