



| 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           | 40 g  |                           |                          |       | 02109                          | Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. |       | 3310                       | Piemiki                  | 50g   | 1324                           | Poledwica wędz.              | 40 g  |
| 13103                         | Herbata,bulka 5.masło        |       |                           |                          |       |                                | Groszek kons.                      | 20 g  |                            |                          |       | 13103                          | Herbata,bulka 5.masło        |       |
|                               | Herbata                      | 2 g   |                           |                          |       |                                | Ziemniaki                          | 150 g |                            |                          |       |                                | Herbata                      | 2 g   |
|                               | Cukier                       | 20 g  |                           |                          |       |                                | Mleko 2%                           | 40 g  |                            |                          |       |                                | Cukier                       | 20 g  |
|                               | Bulka 50 g                   | 1 s   |                           |                          |       |                                | Mąka pszenna                       | 10 g  |                            |                          |       |                                | Bulka 50 g                   | 1 sz  |
|                               | Masło                        | 10 g  |                           |                          |       |                                | Marchew                            | 50 g  |                            |                          |       |                                | Masło                        | 10 g  |
| 01098                         | Płatki owsiane na mleku got. |       |                           |                          |       |                                | Selery                             | 20 g  |                            |                          |       | 01098                          | Płatki owsiane na mleku got. |       |
|                               | Mleko                        | 300 g |                           |                          |       |                                | Pietruszka                         | 20 g  |                            |                          |       |                                | Mleko                        | 300 g |
|                               | Płatki owsiane               | 30 g  |                           |                          |       |                                | S ó l                              | 10 g  |                            |                          |       |                                | Płatki owsiane               | 30 g  |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                                | Jarzynka                           | 2 g   |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       | 10123                          | Makaron nitki got. z mięsem        |       |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                                | Makaron nitka                      | 100 g |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                                | Marchew                            | 20 g  |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                                | Pietruszka                         | 20 g  |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                                | Selery                             | 20 g  |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                                | Margaryna zw.                      | 10 g  |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                                | Łopatkka wieprzowa                 | 100 g |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       | 13220                          | Kompot z jabłek got.               |       |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                                | Jabłka                             | 80 g  |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                                | Cukier                             | 20 g  |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       | 018                            | Bulka 50 g                         | 1 sz  |                            |                          |       |                                |                              |       |
| Wartość kaloryczna 739 [kcal] |                              |       | Wartość kaloryczna [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 1256 [kcal] |                                    |       | Wartość kaloryczna: [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 753 [kcal] |                              |       |
| 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 ]      |
| 11497.00             | 2748.00  | 41.71    | 15.87                   | 449.30      | 110.53 | 111.27 | 15.08 | 957.20 | 65.09   | 263.50      |

| 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         |