



| ŚNIADANIE                      |                          |       | OBIAD                          |                                   |       | KOLACJA                        |                          |       |
|--------------------------------|--------------------------|-------|--------------------------------|-----------------------------------|-------|--------------------------------|--------------------------|-------|
| Indeks                         | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks                         | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)          | Norma | Indeks                         | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1324                           | Poledwica wędz.          | 60 g  | 01166                          | Solferino lekk. got.              |       | 1315                           | Kiełbasa szynkowa        | 60 g  |
| 3628                           | Pomidory                 | 50 g  |                                | Marchew                           | 50 g  | 3635                           | Salata lodowa            | 50 g  |
| 3634                           | Salata ziel.             | 10 g  |                                | Selery                            | 20 g  | 17025                          | Herbata, bułka, mr       |       |
| 17025                          | Herbata, bułka, mr       |       |                                | Pietruszka                        | 20 g  |                                | Herbata                  | 2 g   |
|                                | Herbata                  | 2 g   |                                | Mleko 2%                          | 20 g  |                                | Cukier                   | 20 g  |
|                                | Cukier                   | 20 g  |                                | Ziemniaki                         | 150 g |                                | Bułka 100g               | 1 sz  |
|                                | Bułka 100g               | 1 sz  |                                | Mąka pszenna                      | 10 g  |                                | Masło roślinne           | 10 g  |
|                                | Masło roślinne           | 10 g  |                                | Sól                               | 10 g  |                                |                          |       |
| 01073                          | Manna na mleku got.      |       |                                | Konc. pomidor. 30%                | 20 g  |                                |                          |       |
|                                | Mleko                    | 300 g |                                | Jarzynka                          | 2 g   |                                |                          |       |
|                                | Kasza manna              | 30 g  | 2106                           | Bitek drobiowy got. w sosie jarz. |       |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Filet kurczaka                    | 100 g |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Marchew                           | 30 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Mleko                             | 40 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Pietruszka                        | 30 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Selery                            | 30 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Mąka pszenna                      | 20 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Margaryna zw.                     | 5 g   |                                |                          |       |
|                                |                          |       | 09141                          | Ziemniaki got.                    |       |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Ziemniaki                         | 300 g |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Mleko                             | 15 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       | 09148                          | Salata ze śmiet.                  |       |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Salata ziel.                      | 100 g |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Śmietana 18%                      | 20 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       | 13220                          | Kompot z jabłek got.              |       |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Jabłka                            | 80 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Cukier                            | 20 g  |                                |                          |       |
| Wartość kaloryczna: 646 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 832 [kcal] |                                   |       | Wartość kaloryczna: 374 [kcal] |                          |       |
| 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 ]      |
| 7753                 | 1853     | 38,74    | 13,53                   | 312,24      | 102,09 | 57,35  | 12,68 | 1109,60 | 47,23   | 169,10      |

| POSILEK   | Występujące Alergeny                   |
|-----------|----------------------------------------|
| Śniadanie | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |
| Obiad     | Mleko Seler Gluten                     |
| Kolacja   | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |