



| ŚNIADANIE                     |                          |       | II ŚNIADANIE                  |                                 |       | OBIAŁ                         |                                  |       | 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 |
| 1302                          | Szab pieczony            | 60 g  | 010981                        | Płatki jęczmienne na mleku got. |       | 01030                         | Krupnik jęczm. lekk.got.         |       | 16026                          | Podwieczorek (sz)        |       | 1333                           | Ogonówka                 | 60 g  |
| 3635                          | Salata lodowa            | 50 g  |                               | Mleko                           | 300 g |                               | Ziemniaki                        | 150 g |                                | Szynka gotowana          | 50g   | 3628                           | Pomidory                 | 50 g  |
| 1710                          | Herbata b/c, chleb, mr   |       |                               | Płatki jęczmienne               | 30 g  |                               | Marchew                          | 50g   |                                | Masło roślinne           | 10g   | 1710                           | Herbata b/c, chleb, mr   |       |
|                               | Herbata                  | 2 g   |                               |                                 |       |                               | Pietruszka                       | 20g   |                                | Chleb krojony            | 50g   |                                | Herbata                  | 2 g   |
|                               | Masło roślinne           | 10 g  |                               |                                 |       |                               | Selery                           | 20g   |                                |                          |       |                                | Masło roślinne           | 10 g  |
|                               | Chleb krojony            | 100 g |                               |                                 |       |                               | Kasza jęczm.                     | 25g   |                                |                          |       |                                | Chleb krojony            | 100 g |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Sól                              | 10g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Jarzynka                         | 2g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       | 2105                          | Bitek schabowy got.w sosie jarz. |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Marchew                          | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Mleko                            | 40g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Mąka pszenna                     | 20g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Pietruszka                       | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Selery                           | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Szab b/k                         | 100g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       | 09141                         | Ziemniaki got.                   |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Ziemniaki                        | 300g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Mleko                            | 15g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       | 09061                         | Marchewka got. z wody b/c        |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Margaryna                        | 5g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Marchew                          | 150g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Bulka tarta                      | 5g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       | 13219                         | Kompot z jabłek b/c got.         |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                                 |       |                               | Jabłka                           | 80g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
| Wartość kaloryczna 445 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 266 [kcal] |                                 |       | Wartość kaloryczna 914 [kcal] |                                  |       | Wartość kaloryczna: 260 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 416 [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    | Blonnik | Cholesterol |
|----------------------|----------|----------|-------------------------|-------------|-------|--------|-------|--------|---------|-------------|
| [ kJ ]               | [ kcal ] | [ g ]    | [ g ]                   | [ g ]       | [ g ] | [ g ]  | [ g ] | [ mg ] | [ g ]   | [ mg ]      |
| 9626.00              | 2299.00  | 53.18    | 16.91                   | 351.36      | 46.99 | 116.32 | 16.23 | 712.90 | 50.27   | 370.20      |

| POSILEK      | 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 |

.....