



| ŚNIADANIE                      |                          |       | OBIAD                           |                                       |       | KOLACJA                        |                          |       |
|--------------------------------|--------------------------|-------|---------------------------------|---------------------------------------|-------|--------------------------------|--------------------------|-------|
| Indeks                         | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks                          | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)              | Norma | Indeks                         | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1331                           | Frankfurterki            | 30 g  | 14010                           | Brokułowa                             |       | 1333                           | Ogonówka                 | 60 g  |
| 252                            | Ser salami               | 50 g  |                                 | Mąka pszenna                          | 5 g   | 36250                          | Ogórki szklamiowe        | 50 g  |
| 3628                           | Pomidory                 | 50 g  |                                 | Śmietana                              | 20 g  | 17011                          | Herbata, chleb, mr       |       |
| 3634                           | Salata ziel.             | 10 g  |                                 | S ó l                                 | 10 g  |                                | Herbata                  | 2 g   |
| 17011                          | Herbata, chleb, mr       |       |                                 | Jarzynka                              | 5 g   |                                | Cukier                   | 20 g  |
|                                | Herbata                  | 2 g   |                                 | Kości                                 | 50 g  |                                | Chleb krojony            | 100 g |
|                                | Cukier                   | 20 g  |                                 | Marchew                               | 50 g  |                                | Masło roślinne           | 10 g  |
|                                | Chleb krojony            | 100 g |                                 | Selery                                | 20 g  |                                |                          |       |
|                                | Masło roślinne           | 10 g  |                                 | Pietruszka                            | 20 g  |                                |                          |       |
| 01073                          | Manna na mleku got.      |       |                                 | Brokuły                               | 100 g |                                |                          |       |
|                                | Mleko                    | 300 g |                                 | Ziemniaki                             | 150 g |                                |                          |       |
|                                | Kasza manna              | 30 g  | 02093                           | Wątróbka dr. got. z podsmażaną cebulą |       |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Wątroba drobiowa                      | 100 g |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Cebula                                | 20 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Smalec                                | 20 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       | 09141                           | Ziemniaki got.                        |       |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Ziemniaki                             | 300 g |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Mleko                                 | 15 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       | 09009                           | Buraczki got. opr.                    |       |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Buraki                                | 180 g |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Margaryna                             | 7 g   |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Cukier                                | 5 g   |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Mąka pszenna                          | 5 g   |                                |                          |       |
|                                |                          |       | 13220                           | Kompot z jabłek got.                  |       |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Jablka                                | 80 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                 | Cukier                                | 20 g  |                                |                          |       |
| Wartość kaloryczna: 839 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 1098 [kcal] |                                       |       | Wartość kaloryczna: 495 [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 ]      |
| 10176                | 2432     | 76.23    | 31.42                   | 355.40      | 102.05 | 90.20  | 14.55 | 3005.22 | 51.57   | 482.70      |

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