



| 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         | 60 g  | 01098                         | Płatki owsiane na mleku got. |       | 01171                          | Selerowa lekk. z grzankami got.  |       | 16027                          | Podwieczorek (j)         |       | 1339                           | Szynka babuni            | 60 g  |
| 3635                          | Salata lodowa            | 50 g  |                               | Mleko                        | 300 g |                                | Selery                           | 100 g |                                | Jaja                     | 1s    | 3628                           | Pomidory                 | 50 g  |
| 1710                          | Herbata b/c, chleb, mr   |       |                               | Płatki owsiane               | 30 g  |                                | Mleko 2%                         | 40 g  |                                | Masło roślinne           | 10g   | 1710                           | Herbata b/c, chleb, mr   |       |
|                               | Herbata                  | 2 g   |                               |                              |       |                                | Mąka pszenna                     | 10g   |                                | Chleb krojony            | 50g   |                                | Herbata                  | 2 g   |
|                               | Masło roślinne           | 10 g  |                               |                              |       |                                | Marchew                          | 30g   |                                |                          |       |                                | Masło roślinne           | 10 g  |
|                               | Chleb krojony            | 100 g |                               |                              |       |                                | Pietruszka                       | 30g   |                                |                          |       |                                | Chleb krojony            | 100 g |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Sól                              | 10g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Jarzynka                         | 2g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Bulka 50 g                       | 1sz   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       | 2105                           | Bitek schabowy got.w sosie jarz. |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Marchew                          | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Mleko                            | 40g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Mąka pszenna                     | 20g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Pietruszka                       | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Selery                           | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Schab b/k                        | 100g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       | 09141                          | Ziemniaki got.                   |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Ziemniaki                        | 300g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Mleko                            | 15g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       | 09126                          | Surówka z marchewki i jabłka b/c |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Marchew                          | 150g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Śmietana 18%                     | 20g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Majonez                          | 20g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Jabłka                           | 60g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       | 13219                          | Kompot z jabłek b/c got.         |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Jabłka                           | 80g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
| Wartość kaloryczna 410 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 267 [kcal] |                              |       | Wartość kaloryczna 1217 [kcal] |                                  |       | Wartość kaloryczna: 340 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 412 [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 ]      |
| 11077.00             | 2644.00  | 64.26    | 20.89                   | 376.72      | 57.77 | 120.63 | 17.31 | 868.50 | 60.90   | 532.70      |

| POSIŁEK      | Występujące Alergeny                   |
|--------------|----------------------------------------|
| Śniadanie    | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |
| II Śniadanie | Mleko                                  |
| Obiad        | Jajka Mleko Seler Gluten               |
| Podwieczorek | Jajka Mleko Gluten                     |
| Kolacja      | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |

