



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|------------------------------|------------|---------------------|---------------------------|-------------|---------------------|--------------------------|------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1324 | Poledwica wędz. | 60 g | 01038 | Jarzynowa lekk.got. | | 1315 | Kiełbasa szynkowa | 60 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Konc.pomidor.30% | 10 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| 1327 | Roszonka | 10 g | | Marchew | 80 g | 17025 | Herbata,bulka,mr | |
| 17025 | Herbata,bulka,mr | | | Mąka pszenna | 10 g | | Herbata | 2 g |
| | Herbata | 2 g | | Pietruszka | 30 g | | Cukier | 20 g |
| | Cukier | 20 g | | Selery | 30 g | | Bulka 100g | 1 sz |
| | Bulka 100g | 1 sz | | Mleko | 40 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Masło roślinne | 10 g | | Ziemniaki | 150 g | | | |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku got. | | | S ó l | 10 g | | | |
| | Mleko | 300 g | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | Płatki owsiane | 30 g | 02131 | Makaron z sosem bolońskim | | | | |
| | | | | Makaron nitka | 100 g | | | |
| | | | | Łopatka wieprzowa | 80 g | | | |
| | | | | Marchew | 30 g | | | |
| | | | | Pomidory | 150 g | | | |
| | | | | Cebula | 20 g | | | |
| | | | | Konc.pomidor.30% | 20 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jablek got. | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | | 3307 | Herbatniki | 40 g | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 655 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 1114 [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] |
| 8967 | 2143 | 45.10 | 13.47 | 346.57 | 117.86 | 80.62 | 13.01 | 1189.70 | 55.25 | 174.30 |

| POSIŁEK | Występujące Alergeny |
|-----------|--|
| Śniadanie | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |
| Obiad | Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Seler Soja Gluten |
| Kolacja | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |