



| 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 |
| 1333 | Ogonówka | 40 g | | | | 01038 | Jarzynowa lekk.got. | | 2423 | Jogurt owocowy | 1sz | 1315 | Kiełbasa szynkowa | 40 g |
| 13103 | Herbata,bułka 5.masło | | | | | | Konc.pomidor.30% | 10g | | | | 13103 | Herbata,bułka 5.masło | |
| | Herbata | 2 g | | | | | Marchew | 80g | | | | | Herbata | 2g |
| | Cukier | 20 g | | | | | Mąka pszenna | 10g | | | | | Cukier | 20g |
| | Bułka 50 g | 1 s | | | | | Pietruszka | 30g | | | | | Bułka 50 g | 1sz |
| | Masło | 10 g | | | | | Selery | 30g | | | | | Masło | 10g |
| 010981 | Płatki jęczmienne na mleku got. | | | | | | Mleko | 40g | | | | 010981 | Płatki jęczmienne na mleku got. | |
| | Mleko | 300 g | | | | | Ziemniaki | 150g | | | | | Mleko | 300g |
| | Płatki jęczmienne | 30 g | | | | | S ó l | 10g | | | | | Płatki jęczmienne | 30g |
| | | | | | | | Jarzynka | 2g | | | | | | |
| | | | | | | 02021 | Gulasz wieprz.got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Łopatka wieprzowa | 100g | | | | | | |
| | | | | | | | Margaryna | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Mleko | 40g | | | | | | |
| | | | | | | | Mąka pszenna | 10g | | | | | | |
| | | | | | | | Pietruszka | 20g | | | | | | |
| | | | | | | | Selery | 20g | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 20g | | | | | | |
| | | | | | | 09141 | Ziemniaki got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Ziemniaki | 300g | | | | | | |
| | | | | | | | Mleko | 15g | | | | | | |
| | | | | | | 09150 | Marchewka got. z wody | | | | | | | |
| | | | | | | | Margaryna | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 150g | | | | | | |
| | | | | | | | Cukier | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Bułka tarta | 5g | | | | | | |
| | | | | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Jabłka | 80g | | | | | | |
| | | | | | | | Cukier | 20g | | | | | | |
| Wartość kaloryczna | | 751 [kcal] | Wartość kaloryczna | | [kcal] | Wartość kaloryczna | | 1061 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 60 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 860 [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] |
| 11430.00 | 2729.00 | 40.37 | 16.41 | 421.83 | 129.08 | 99.53 | 15.74 | 1051.50 | 65.97 | 200.40 |

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

.....

.....

.....

.....

.....