



| 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 |
| 1315 | Kielbasa szynkowa | 50 g | 01098 | Płatki owsiane na mleku got. | | 01168 | Grysikowa lekk.got. | | 16029 | Podwieczorek (pol.dr) | | 1339 | Szynka babuni | 60 g |
| 2542 | Ser topiony 22.5 g | 1 s | | Mleko | 300 g | | Marchew | 50g | | Polędwica drobiowa | 50g | 3635 | Sałata lodowa | 50g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Płatki owsiane | 30 g | | Selery | 20g | | Masło roślinne | 10g | 1710 | Herbata b/c, chleb, mr | |
| 1326 | Szpinak | 10 g | | | | | Pietruszka | 20g | | Chleb krojony | 50g | | Herbata | 2g |
| 1708 | Herbata b/c, chleb sł, mr | | | | | | Ziemniaki | 150g | | | | | Masło roślinne | 10g |
| | Herbata | 2 g | | | | | Kasza manna | 25g | | | | | Chleb krojony | 100g |
| | Chleb słonecznikowy | 100 g | | | | | Sól | 10g | | | | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | | | | | Jarzynka | 2g | | | | | | |
| | | | | | | 03070 | Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym | | | | | | | |
| | | | | | | | Łopatka wieprzowa | 100g | | | | | | |
| | | | | | | | Jaja | 0,1s | | | | | | |
| | | | | | | | Mąka pszenna | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Margaryna zw. | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Pietruszka | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Selery | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Mleko 2% | 40g | | | | | | |
| | | | | | | | Bułka 100g | 0,2sz | | | | | | |
| | | | | | | 09141 | Ziemniaki got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Ziemniaki | 300g | | | | | | |
| | | | | | | | Mleko | 15g | | | | | | |
| | | | | | | 09167 | Bukiet warzyw z wody got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Bukiet warzyw | 150g | | | | | | |
| | | | | | | | Margaryna zw. | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Bułka tarta | 5g | | | | | | |
| | | | | | | 13219 | Kompot z jabłek b/c got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Jabłka | 80g | | | | | | |
| Wartość kaloryczna | | 825 [kcal] | Wartość kaloryczna | | 267 [kcal] | Wartość kaloryczna | | 1056 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 248 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 410 [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] |
| 11744.00 | 2803.00 | 90.49 | 35.27 | 344.09 | 41.31 | 119.93 | 18.38 | 1561.10 | 48.08 | 346.40 |

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

.....

.....

.....

.....

.....