



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|--------------------------------|------------------------------|-------|---------------------------------|------------------------------|--------|--------------------------------|--------------------------|-------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 0303 | Drożdżówka 50g | 1 sz | 01149 | Żurek z jajkiem lekk.got | | 1624 | Szynka kanapkowa | 60 g |
| 018 | Bułka 50 g | 1 sz | | Jaja | 0,5 s | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| 1324 | Poledwica wędz. | 40 g | | Marchew | 50 g | 17025 | Herbata,bułka,mr | |
| 22223 | Masło roślinne | 10 g | | Pietruszka | 20 g | | Herbata | 2 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Selery | 20 g | | Cukier | 20 g |
| 1327 | Roszonka | 10 g | | Mleko | 40 g | | Bułka 100g | 1 sz |
| 17001 | Herbata got. | | | Mąka pszenna | 10 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Cukier | 20 g | | Ziemniaki | 150 g | | | |
| | Herbata | 2 g | | Barsz biały | 10 g | | | |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku got. | | | S ó l | 10 g | | | |
| | Mleko | 300 g | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | Płatki owsiane | 30 g | 10121 | Ryż z jabłkami i śmiet. got. | | | | |
| | | | | Ryż | 80 g | | | |
| | | | | Cukier puder | 15 g | | | |
| | | | | Jabłka | 200 g | | | |
| | | | | Margaryna | 10 g | | | |
| | | | | Mleko | 100 g | | | |
| | | | | Cukier | 15 g | | | |
| | | | | Śmietana 18% | 80 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | | 018 | Bułka 50 g | 1 sz | | | |
| | | | 0304 | Paluszki solone | 0,3 op | | | |
| Wartość kaloryczna: 948 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 1569 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 379 [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] |
| 12119 | 2896 | 64.15 | 24.53 | 451.03 | 151.05 | 81.02 | 15.13 | 1188.70 | 53.05 | 551.70 |

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