



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|--------------------------|------------|---------------------|----------------------------------|-------------|---------------------|--------------------------|------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 3801 | Dżem truskawkowy | 50 g | 0112 | Barszcz czerwony lekk.got | | 1324 | Poledwica wędz. | 60 g |
| 1212 | Szynka drobiowa | 50 g | | Buraki | 100 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Marchew | 50 g | 17025 | Herbata, bułka, mr | |
| 3634 | Salata ziel. | 10 g | | Mleko | 40 g | | Herbata | 2 g |
| 018 | Bułka 50 g | 1 sz | | Mąka pszenna | 5 g | | Cukier | 20 g |
| 0301 | Bułka słodka | 1 sz | | Pietruszka | 20 g | | Bułka 100g | 1 sz |
| 22223 | Masło roślinne | 10 g | | Selery | 20 g | | Masło roślinne | 10 g |
| 17001 | Herbata got. | | | Ziemniaki | 150 g | | | |
| | Cukier | 20 g | | Sól | 10 g | | | |
| | Herbata | 2 g | | Jarzyńska | 2 g | | | |
| 01073 | Manna na mleku got. | | 2105 | Bitek schabowy got.w sosie jarz. | | | | |
| | Mleko | 300 g | | Marchew | 30 g | | | |
| | Kasza manna | 30 g | | Mleko | 40 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 20 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 30 g | | | |
| | | | | Selery | 30 g | | | |
| | | | | Schab b/k | 100 g | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 09062 | Jarzyńska got.opr. | | | | |
| | | | | Margaryna | 7 g | | | |
| | | | | Marchew | 80 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 5 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 50 g | | | |
| | | | | Selery | 50 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 935 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 1007 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 384 [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] |
| 9730 | 2325 | 42.35 | 13.98 | 357.43 | 107.94 | 88.61 | 13.97 | 1008.32 | 54.88 | 173.60 |

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