



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|--------------------------------------|------------|---------------------|---------------------------------|-------------|---------------------|--------------------------|------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 08062 | Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką | | 01178 | Ziemniaczana czysta z mak. got. | | 14063 | Paszтет pieczony | 80 g |
| | Ser twarog. | 100 g | | Marchew | 50 g | 36250 | Ogórki szklamiowe | 50 g |
| | Mleko 2% | 40 g | | Pietruszka | 20 g | 17011 | Herbata, chleb, mr | |
| | Szczypior | 5 g | | Selery | 20 g | | Herbata | 2 g |
| | Rzodkiewka | 10 g | | Ziemniaki | 150 g | | Cukier | 20 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Makaron nitka | 25 g | | Chleb krojony | 100 g |
| 17026 | Herbata, mr, rogal | | | Kości | 50 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Cukier | 20 g | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | | Sól | 10 g | | | |
| | Rogal | 1 sz | 06034 | Kurczak pieczony | | | | |
| | Herbata | 2 g | | Kurczak | 200 g | | | |
| 01073 | Manna na mleku got. | | | Margaryna | 10 g | | | |
| | Mleko | 300 g | | Olej jadalny | 10 g | | | |
| | Kasza manna | 30 g | 10101 | Ryż got. na sypko | | | | |
| | | | | Ryż | 80 g | | | |
| | | | | Margaryna zw. | 7 g | | | |
| | | | 09115 | Sur. z kapusty czerw. | | | | |
| | | | | Kapusta czerw. | 200 g | | | |
| | | | | Cebula | 20 g | | | |
| | | | | Musztarda | 5 g | | | |
| | | | | Olej jadalny | 10 g | | | |
| | | | | Ocet | 10 ml | | | |
| | | | | Cukier | 10 g | | | |
| | | | | Papryka św. | 10 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 910 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 1250 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 632 [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] |
| 11682 | 2792 | 69.49 | 18.17 | 384.63 | 116.17 | 64.87 | 12.74 | 988.07 | 41.78 | 255.70 |

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