



| 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 |
| 1343 | Szynka gotowana | 60 g | 01098 | Płatki owsiane na mleku got. | | 09141 | Ziemniaki got. | | 16028 | Podwieczorek (pol) | | 1345 | Kurczak faszerowany | 60 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Mleko | 300 g | | Ziemniaki | 300 g | | Polędwica wędz. | 50 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| 1708 | Herbata b/c, chleb s1, mr | | | Płatki owsiane | 30 g | | Mleko | 15 g | | Masło roślinne | 10 g | 1710 | Herbata b/c, chleb, mr | |
| | Herbata | 2 g | | | | 09061 | Marchewka got. z wody b/c | | | Chleb krojony | 50 g | | Herbata | 2 g |
| | Chleb słonecznikowy | 100 g | | | | | Margaryna | 5 g | | | | | Masło roślinne | 10 g |
| | Masło roślinne | 10 g | | | | 13219 | Marchew | 150 g | | | | | Chleb krojony | 100 g |
| | | | | | | | Bułka tarta | 5 g | | | | | | |
| | | | | | | | Kompot z jabłek b/c got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Jabłka | 80 g | | | | | | |
| Wartość kaloryczna 397 [kcal] | | | Wartość kaloryczna 267 [kcal] | | | Wartość kaloryczna 412 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 264 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 458 [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] |
| 7528.00 | 1798.00 | 54.47 | 13.72 | 261.60 | 37.11 | 78.15 | 5.23 | 1138.40 | 34.31 | 330.10 |

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