



| ŚNIADANIE           |                          |             | OBIAD               |                                  |             | KOLACJA             |                          |            |
|---------------------|--------------------------|-------------|---------------------|----------------------------------|-------------|---------------------|--------------------------|------------|
| Indeks              | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma       | Indeks              | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)         | Norma       | Indeks              | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma      |
| 2542                | Ser topiony 22.5 g       | 1 sz        | 01129               | Ziemn. z zielonym groszkiem got. |             | 1307                | Kiełbasa krak.parz.      | 60 g       |
| 1344                | Parówki z szynki         | 70 g        |                     | Mąka pszenna                     | 10 g        | 3635                | Salata lodowa            | 50 g       |
| 026                 | Chleb słonecznikowy      | 60 g        |                     | Śmietana                         | 20 g        | 17011               | Herbata, chleb, mr       |            |
| 018                 | Bułka 50 g               | 1 sz        |                     | Kości                            | 50 g        |                     | Herbata                  | 2 g        |
| 22223               | Masło roślinne           | 10 g        |                     | Marchew                          | 50 g        |                     | Cukier                   | 20 g       |
| 3628                | Pomidory                 | 50 g        |                     | Pietruszka                       | 20 g        |                     | Chleb krojony            | 100 g      |
| 1327                | Roszpinka                | 10 g        |                     | Selery                           | 20 g        |                     | Masło roślinne           | 10 g       |
| 17001               | Herbata got.             |             |                     | Groszek kons.                    | 20 g        |                     |                          |            |
|                     | Cukier                   | 20 g        |                     | S ó l                            | 10 g        |                     |                          |            |
|                     | Herbata                  | 2 g         |                     | Jarzyńka                         | 2 g         |                     |                          |            |
| 01073               | Manna na mleku got.      |             | 01163               | Ryż z dżemem i śmietaną          |             |                     |                          |            |
|                     | Mleko                    | 300 g       |                     | Ryż                              | 80 g        |                     |                          |            |
|                     | Kasza manna              | 30 g        |                     | Śmietana 18%                     | 80 g        |                     |                          |            |
|                     |                          |             |                     | Cukier                           | 30 g        |                     |                          |            |
|                     |                          |             |                     | Mleko 2%                         | 100 g       |                     |                          |            |
|                     |                          |             |                     | Dżem porzeczkowy                 | 50 g        |                     |                          |            |
|                     |                          |             |                     | Margaryna zw.                    | 5 g         |                     |                          |            |
|                     |                          |             | 13220               | Kompot z jabłek got.             |             |                     |                          |            |
|                     |                          |             |                     | Jabłka                           | 80 g        |                     |                          |            |
|                     |                          |             |                     | Cukier                           | 20 g        |                     |                          |            |
|                     |                          |             | 021                 | Chleb krojony                    | 50 g        |                     |                          |            |
|                     |                          |             | 0304                | Paluszki solone                  | 0,3 op      |                     |                          |            |
| Wartość kaloryczna: |                          | 1148 [kcal] | Wartość kaloryczna: |                                  | 1119 [kcal] | Wartość kaloryczna: |                          | 605 [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 ]      |
| 12016                | 2872     | 94.61    | 42.61                   | 423.34      | 132.02 | 88.07  | 18.13 | 1904.60 | 36.83   | 673.90      |

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