



| 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        |
| 3801               | Dżem truskawkowy             | 40 g         |                    |                          |              | 01113              | Pomidorowa z makaronem lekk.got. |              | 3309                | Wafelki                  | 1sz          | 1333                | Ogonówka                     | 40 g         |
| 0301               | Bułka słodka                 | 1 s          |                    |                          |              |                    | Konc.pomidor.30%                 | 30g          |                     |                          |              | 13103               | Herbata,bułka 5.masło        |              |
| 2105               | Masło                        | 10 g         |                    |                          |              |                    | Makaron nitka                    | 30g          |                     |                          |              |                     | Herbata                      | 2g           |
| 17001              | Herbata got.                 |              |                    |                          |              |                    | Marchew                          | 50g          |                     |                          |              |                     | Cukier                       | 20g          |
|                    | Cukier                       | 20 g         |                    |                          |              |                    | Pietruszka                       | 20g          |                     |                          |              |                     | Bułka 50 g                   | 1sz          |
|                    | Herbata                      | 2 g          |                    |                          |              |                    | Selery                           | 20g          |                     |                          |              |                     | Masło                        | 10g          |
| 01098              | Płatki owsiane na mleku got. |              |                    |                          |              |                    | Mąka pszenna                     | 10g          |                     |                          |              | 01098               | Płatki owsiane na mleku got. |              |
|                    | Mleko                        | 300 g        |                    |                          |              |                    | Mleko 2%                         | 40g          |                     |                          |              |                     | Mleko                        | 300g         |
|                    | Płatki owsiane               | 30 g         |                    |                          |              |                    | S ó l                            | 10g          |                     |                          |              |                     | Płatki owsiane               | 30g          |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Jarzynka                         | 2g           |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              | 02021              | Gulasz wieprz.got.               |              |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Łopatka wieprzowa                | 100g         |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Margaryna                        | 5g           |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Mleko                            | 40g          |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Mąka pszenna                     | 10g          |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Pietruszka                       | 20g          |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Selery                           | 20g          |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Marchew                          | 20g          |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              | 09141              | Ziemniaki got.                   |              |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Ziemniaki                        | 300g         |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Mleko                            | 15g          |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              | 09150              | Marchewka got. z wody            |              |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Margaryna                        | 5g           |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Marchew                          | 150g         |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Cukier                           | 5g           |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Bułka tarta                      | 5g           |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              | 13220              | Kompot z jabłek got.             |              |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Jabłka                           | 80g          |                     |                          |              |                     |                              |              |
|                    |                              |              |                    |                          |              |                    | Cukier                           | 20g          |                     |                          |              |                     |                              |              |
| Wartość kaloryczna |                              | 595 [kcal]   | Wartość kaloryczna |                          | [kcal]       | Wartość kaloryczna |                                  | 1103 [kcal]  | Wartość kaloryczna: |                          | [kcal]       | Wartość kaloryczna: |                              | 753 [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 ]      |
| 10254.00             | 2450.00  | 39.46    | 15.97                   | 343.82      | 127.80 | 86.59  | 12.96 | 815.90 | 67.06   | 128.90      |

| <b>POSILEK</b> | <b>Występujące Alergeny</b>                    |
|----------------|--|
| Śniadanie      | Jajka Mleko Sezam Orzeszki Soja Gluten         |
| II Śniadanie   |  |
| Obiad          | Mleko Seler Gluten                             |
| Podwieczorek   | Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Soja Gluten |
| Kolacja        | Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten         |

.....

.....

.....

.....

.....