



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|------------------------------|-------------|---------------------|----------------------------------|-------------|---------------------|--------------------------|------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1315 | Kielbasa szynkowa | 40 g | 01113 | Pomidorowa z makaronem lekk.got. | | 1333 | Ogonówka | 60 g |
| 3801 | Dżem truskawkowy | 40 g | | Konc.pomidor.30% | 30 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| 22223 | Masło roślinne | 10 g | | Makaron nitka | 30 g | 17025 | Herbata,bułka,mr | |
| 018 | Bułka 50 g | 1 sz | | Marchew | 50 g | | Herbata | 2 g |
| 0301 | Bułka słodka | 1 sz | | Pietruszka | 20 g | | Cukier | 20 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Selery | 20 g | | Bułka 100g | 1 sz |
| 1326 | Szpinak | 10 g | | Mąka pszenna | 10 g | | Masło roślinne | 10 g |
| 17001 | Herbata got. | | | Mleko 2% | 40 g | | | |
| | Cukier | 20 g | | S ó l | 10 g | | | |
| | Herbata | 2 g | | Jarzyńska | 2 g | | | |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku got. | | 02021 | Gulasz wieprz.got. | | | | |
| | Mleko | 300 g | | Łopata wieprzowa | 100 g | | | |
| | Płatki owsiane | 30 g | | Margaryna | 5 g | | | |
| | | | | Mleko | 40 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 10 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 20 g | | | |
| | | | | Selery | 20 g | | | |
| | | | | Marchew | 20 g | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 09150 | Marchewka got. z wody | | | | |
| | | | | Margaryna | 5 g | | | |
| | | | | Marchew | 150 g | | | |
| | | | | Cukier | 5 g | | | |
| | | | | Bułka tarta | 5 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 1044 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 1103 [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] |
| 10589 | 2531 | 50.32 | 16.52 | 341.95 | 114.89 | 85.12 | 13.74 | 1014.70 | 54.15 | 161.90 |

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