



| 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 |
| 1315                          | Kielbasa szynkowa         | 60 g  | 01073                         | Manna na mleku got.      |       | 01030                          | Krupnik jęczm. lekk.got.           |       | 16028                          | Podwieczorek (pol)       |       | 1209                           | Półdewica drobiowa        | 60 g  |
| 3628                          | Pomidory                  | 50 g  |                               | Mleko                    | 300 g |                                | Ziemniaki                          | 150 g |                                | Półdewica wędz.          | 50g   | 3635                           | Salata lodowa             | 50 g  |
| 1326                          | Szpinak                   | 10 g  |                               | Kasza manna              | 30 g  |                                | Marchew                            | 50 g  |                                | Masło roślinne           | 10g   | 1708                           | Herbata b/c, chleb sł, mr |       |
| 1708                          | Herbata b/c, chleb sł, mr |       |                               |                          |       |                                | Pietruszka                         | 20g   |                                | Chleb krojony            | 50g   |                                | Herbata                   | 2 g   |
|                               | Herbata                   | 2 g   |                               |                          |       |                                | Selery                             | 20g   |                                |                          |       |                                | Chleb słonecznikowy       | 100 g |
|                               | Chleb słonecznikowy       | 100 g |                               |                          |       |                                | Kasza jęczm.                       | 25g   |                                |                          |       |                                | Masło roślinne            | 10 g  |
|                               | Masło roślinne            | 10 g  |                               |                          |       |                                | Sól                                | 10g   |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Jarzynka                           | 2g    |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       | 03070                          | Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym |       |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Łopatką wieprzową                  | 100g  |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Jaja                               | 0,1s  |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Mąka pszenna                       | 30g   |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Margarina zw.                      | 5g    |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Marchew                            | 30g   |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Pietruszka                         | 30g   |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Selery                             | 30g   |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Mleko 2%                           | 40g   |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Bułka 100g                         | 0,2sz |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       | 09141                          | Ziemniaki got.                     |       |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Ziemniaki                          | 300g  |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Mleko                              | 15g   |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       | 09061                          | Marchewka got. z wody b/c          |       |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Margarina                          | 5g    |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Marchew                            | 150g  |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Bułka tarta                        | 5g    |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       | 13219                          | Kompot z jabłek b/c got.           |       |                                |                          |       |                                |                           |       |
|                               |                           |       |                               |                          |       |                                | Jabłka                             | 80g   |                                |                          |       |                                |                           |       |
| Wartość kaloryczna 567 [kcal] |                           |       | Wartość kaloryczna 260 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 1053 [kcal] |                                    |       | Wartość kaloryczna: 264 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 380 [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 ]      |
| 10561.00             | 2521.00  | 63.80    | 18.95                   | 351.48      | 48.24 | 108.45 | 16.54 | 2157.60 | 52.68   | 279.80      |

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

.....