



| 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 |
| 1324                          | Poledwica wędz.          | 60 g  | 01098                         | Płatki owsiane na mleku got. |       | 01038                          | Jarzynowa lekk.got.             |       | 16025                          | Podwieczorek(k.sz)       |       | 1624                           | Szynka kanapkowa         | 60 g  |
| 3628                          | Pomidory                 | 50 g  |                               | Mleko                        | 300 g |                                | Konc.pomidor.30%                | 10 g  |                                | Kielbasa szynkowa        | 50g   | 3635                           | Salata lodowa            | 50 g  |
| 1327                          | Roszonka                 | 10 g  |                               | Płatki owsiane               | 30 g  |                                | Marchew                         | 80g   |                                | Chleb krojony            | 50g   | 1708                           | Herbata b/c,chleb sł,mr  |       |
| 1708                          | Herbata b/c,chleb sł,mr  |       |                               |                              |       |                                | Mąka pszenna                    | 10g   |                                | Masło roślinne           | 10g   |                                | Herbata                  | 2 g   |
|                               | Herbata                  | 2 g   |                               |                              |       |                                | Pietruszka                      | 30g   |                                |                          |       |                                | Chleb słonecznikowy      | 100 g |
|                               | Chleb słonecznikowy      | 100 g |                               |                              |       |                                | Selery                          | 30g   |                                |                          |       |                                | Masło roślinne           | 10 g  |
|                               | Masło roślinne           | 10 g  |                               |                              |       |                                | Mleko                           | 40g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Ziemniaki                       | 150g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | S ó l                           | 10g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Jarzynka                        | 2g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       | 06033                          | Kurczak got. w sosie jarzynowym |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Kurczak                         | 200g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Marchew                         | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Pietruszka                      | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Selery                          | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Mąka pszenna                    | 20g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Mleko 2%                        | 40g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Margaryna zw.                   | 5g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       | 10101                          | Ryż got.na sypko                |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Ryż                             | 80g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Margaryna zw.                   | 7g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       | 09147                          | Buraczki got. opr b/c           |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Buraki                          | 180g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Margaryna zw.                   | 7g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Mąka pszenna                    | 5g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       | 13219                          | Kompot z jabłek b/c got.        |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                              |       |                                | Jabłka                          | 80g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
| Wartość kaloryczna 403 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 267 [kcal] |                              |       | Wartość kaloryczna 1114 [kcal] |                                 |       | Wartość kaloryczna: 401 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 395 [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 ]      |
| 10797.00             | 2576.00  | 64.65    | 19.03                   | 333.74      | 45.19 | 88.03  | 16.04 | 1993.39 | 43.95   | 286.00      |

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

.....

.....

.....

.....

.....