



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|-----------|--------------------------|--------------------------------|--------|--|---------------------------------|---------|-----------------------------|--------------------------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 08061 | Twaróg z ml. (porcja) | | 01166 | Solferino lekk. got. (porcja) | | 1212 | Szynka drobiowa | 60 g |
| | Ser twarog. | 100 g | | Marchew | 50 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| | Mleko 2% | 40 g | | Selery | 20 g | 17025 | Herbata, bułka, mr (porcja) | |
| 17019 | Kawa mleczna got. (ml) | | | Pietruszka | 20 g | | Herbata | 2 g |
| | Mleko | 300 g | | Mleko 2% | 20 g | | Cukier | 20 g |
| | Kawa inka | 3 g | | Ziemniaki | 150 g | | Bułka 100g | 1 sz |
| | Cukier | 20 g | | Mąka pszenna | 10 g | | Masło roślinne | 10 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | S ó l | 10 g | | | |
| 017 | Obwarzanek | 1 sz | | Konc.pomidor.30% | 20 g | | | |
| 22223 | Masło roślinne | 10 g | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | | | 03070 | Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g) | | | | |
| | | | | Łopatka wieprzowa | 80 g | | | |
| | | | | Jaja | 0,1 s | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 30 g | | | |
| | | | | Margaryna zw. | 5 g | | | |
| | | | | Marchew | 30 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 30 g | | | |
| | | | | Selery | 30 g | | | |
| | | | | Mleko 2% | 40 g | | | |
| | | | | Bułka 100g | 0,2 sz | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. (g) | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 09062 | Jarzynki got.opr. (g) | | | | |
| | | | | Margaryna | 7 g | | | |
| | | | | Marchew | 80 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 5 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 50 g | | | |
| | | | | Selery | 50 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jablka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | Wartość kaloryczna: 477 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 1113 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 378 [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] |
| 8233 | 1968 | 51.36 | 18.40 | 293.93 | 113.56 | 82.05 | 12.46 | 712.87 | 55.52 | 90.70 |

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