



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|------------------------------|------------|---------------------|--------------------------------|------------|---------------------|--------------------------|------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 02114 | Pasta z jajka i wędliny | | 0156 | Ziemniaczana z makronem l.got. | | 1343 | Szynka gotowana | 60 g |
| | Jaja | 1 s | | Marchew | 50 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| | Mielonka wp | 40 g | | Selery | 20 g | 17025 | Herb.bulka ,maslo r. | |
| 3635 | Salata lodowa | 20 g | | Pietruszka | 20 g | | Cukier | 20 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Mleko 2% | 40 g | | Herbata | 2 g |
| 17025 | Herb.bulka ,maslo r. | | | Mąka pszenna | 10 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Cukier | 20 g | | Ziemniaki | 150 g | | Bulka 100g | 1 sz |
| | Herbata | 2 g | | Makaron nitka | 25 g | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | | S ó l | 10 g | | | |
| | Bulka 100g | 1 sz | | Jarzyńka | 2 g | | | |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku got. | | 02021 | Gulasz wieprz.got. | | | | |
| | Mleko | 400 g | | Łopatka wieprzowa | 80 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 b/t got. | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 09150 | Marchewka got. z wody | | | | |
| | | | | Margaryna | 5 g | | | |
| | | | | Marchew | 150 g | | | |
| | | | | Cukier | 5 g | | | |
| | | | | Bulka tarta | 5 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | |
| | | | | Jablka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 3 462 [kJ] | Wartość kaloryczna: | | 4 455 [kJ] | Wartość kaloryczna: | | 1 587 [kJ] |
| 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] |
| 9504.00 | 2264.00 | 59.75 | 20.60 | 343.04 | 86.20 | 115.08 | 13.43 | 818.60 | 65.10 | 136.60 |

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