



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|-----------------------------|------------|---------------------|-------------------------------|-------------|---------------------|-----------------------------|------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 08061 | Twaróg z ml. (porcja) | | 01030 | Krupnik jęczm. lekk.got. (ml) | | 1315 | Kiełbasa szynkowa | 60 g |
| | Ser twarog. | 100 g | | Ziemniaki | 150 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| | Mleko 2% | 40 g | | Marchew | 50 g | 17025 | Herbata, bułka, mr (porcja) | |
| 13229 | Kawa ml, bułka, mr (porcja) | | | Pietruszka | 20 g | | Herbata | 2 g |
| | Kawa inka | 3 g | | Selery | 20 g | | Cukier | 20 g |
| | Cukier | 20 g | | Kasza jęczm. | 25 g | | Bułka 100g | 1 sz |
| | Mleko 2% | 300 g | | S ó l | 10 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Bułka 100g | 1 sz | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | 02021 | Gulasz wieprz.got. (g) | | | | |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Łopatka wieprzowa | 80 g | | | |
| 3635 | Salata lodowa | 20 g | | Margaryna | 5 g | | | |
| | | | | Mleko | 40 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 10 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 20 g | | | |
| | | | | Selery | 20 g | | | |
| | | | | Marchew | 20 g | | | |
| | | | 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: | | 628 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 1005 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 374 [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] |
| 8396 | 2007 | 49.09 | 17.69 | 307.75 | 108.68 | 74.85 | 12.27 | 952.97 | 49.36 | 78.10 |

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