



| ŚNIADANIE                      |                          |       | OBIAD                          |                                   |       | KOLACJA                        |                          |       |
|--------------------------------|--------------------------|-------|--------------------------------|-----------------------------------|-------|--------------------------------|--------------------------|-------|
| Indeks                         | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks                         | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)          | Norma | Indeks                         | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1212                           | Szynka drobiowa          | 60 g  | 01174                          | Ziemniaczana czysta lekk.         |       | 1333                           | Ogonówka                 | 60 g  |
| 2105                           | Masło                    | 10 g  |                                | Ziemniaki                         | 150 g | 2105                           | Masło                    | 10 g  |
| 011                            | Bułka                    | 50 g  |                                | Marchew                           | 50 g  | 011                            | Bułka                    | 50 g  |
| 01073                          | Manna na mleku           |       |                                | Selery                            | 20 g  | 01073                          | Manna na mleku           |       |
|                                | Mleko                    | 300 g |                                | Pietruszka                        | 20 g  |                                | Mleko                    | 300 g |
|                                | Kasza manna              | 30 g  |                                | S ó l                             | 5 g   |                                | Kasza manna              | 30 g  |
| 17001                          | Herbata zw.              |       |                                | Jarzynka                          | 1 g   | 17001                          | Herbata zw.              |       |
|                                | Cukier                   | 20 g  | 2106                           | Bitek drobiowy got. w sosie jarz. |       |                                | Cukier                   | 20 g  |
|                                | Herbata                  | 2 g   |                                | Filet kurczaka                    | 80 g  |                                | Herbata                  | 2 g   |
|                                |                          |       |                                | Marchew                           | 30 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Mleko                             | 40 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Pietruszka                        | 30 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Selery                            | 30 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Mąka pszenna                      | 20 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Margaryna zw.                     | 5 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   |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Bułka tarta                       | 5 g   |                                |                          |       |
|                                |                          |       | 13220                          | Kompot z jabłek                   |       |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Jablka                            | 80 g  |                                |                          |       |
|                                |                          |       |                                | Cukier                            | 20 g  |                                |                          |       |
| Wartość kaloryczna: 2 336 [kJ] |                          |       | Wartość kaloryczna: 3 490 [kJ] |                                   |       | Wartość kaloryczna: 2 359 [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 ]      |
| 8185.00              | 1949.00  | 28.36    | 12.22                   | 323.12      | 66.61 | 121.82 | 8.49  | 986.45 | 62.22   | 91.60       |

| <b>POSILEK</b>   | <b>Występujące Alergeny</b>            |
|------------------|--|
| <b>Śniadanie</b> | Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten |
| <b>Obiad</b>     | Mleko Seler Gluten                     |
| <b>Kolacja</b>   | Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten |