



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|--------------------------|------------|---------------------|---------------------------------|------------|---------------------|--------------------------|------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 3801 | Dżem truskawkowy | 50 g | 01171 | Selerowa lekk. z grzankami | | 1336 | Szynka mielona | 60 g |
| 1343 | Szynka gotowana | 40 g | | Selery | 100 g | 011 | Bułka | 100 g |
| 22223 | Masło roślinne | 10 g | | Ziemniaki | 150 g | 22223 | Masło roślinne | 10 g |
| 011 | Bułka | 100 g | | Mleko 2% | 40 g | 3628 | Pomidory | 50 g |
| 3635 | Salata lodowa | 50 g | | Mąka pszenna | 10 g | 17001 | Herbata zw. | |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku | | | Bułka | 50 g | | Cukier | 20 g |
| | Mleko | 400 g | | Marchew | 30 g | | Herbata | 2 g |
| | Płatki owsiane | 30 g | | Pietruszka | 30 g | | | |
| 17001 | Herbata zw. | | | Sól | 5 g | | | |
| | Cukier | 20 g | | Jarzynka | 1 g | | | |
| | Herbata | 2 g | 06033 | Kurczak got. w sosie jarzynowym | | | | |
| | | | | Kurczak | 200 g | | | |
| | | | | Marchew | 30 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 30 g | | | |
| | | | | Selery | 30 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 20 g | | | |
| | | | | Mleko 2% | 40 g | | | |
| | | | | Margaryna zw. | 5 g | | | |
| | | | 10101 | Ryż got.na sypko | | | | |
| | | | | Ryż | 80 g | | | |
| | | | | Margaryna zw. | 7 g | | | |
| | | | 09062 | Jarzynki got.opr. | | | | |
| | | | | Margaryna | 7 g | | | |
| | | | | Marchew | 80 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 5 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 50 g | | | |
| | | | | Selery | 50 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek | | | | |
| | | | | Jablka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 2 820 [kJ] | Wartość kaloryczna: | | 5 221 [kJ] | Wartość kaloryczna: | | 1 547 [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] |
| 9588.00 | 2078.00 | 47.70 | 16.22 | 350.38 | 58.03 | 111.94 | 8.39 | 848.34 | 48.68 | 133.50 |

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