



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|--------------------------------|--|-------|--------------------------------|--|-------|--------------------------------|-----------------------------|-------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 3801 | Dżem truskawkowy | 60 g | 01165 | Solferino got. (porcja) | | 2541 | Ser topiony | 50 g |
| 010981 | Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja) | | | Marchew | 50 g | 3628 | Pomidory | 50 g |
| | Mleko | 300 g | | Pietruszka | 20 g | 17011 | Herbata, chleb, mr (porcja) | |
| | Płatki jęczmienne | 30 g | | Selery | 20 g | | Herbata | 2 g |
| 17025 | Herbata, bułka, mr (porcja) | | | Konc. pomidor. 30% | 20 g | | Cukier | 20 g |
| | Herbata | 2 g | | Ziemniaki | 150 g | | Chleb krojony | 100 g |
| | Cukier | 20 g | | Kości | 50 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Bułka 100g | 1 sz | | Mąka pszenna | 10 g | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | | Śmietana 18% | 20 g | | | |
| | | | | Sól | 10 g | | | |
| | | | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | | | 100481 | Makaron nitki got z serem (mar) (porcja) | | | | |
| | | | | Makaron | 80 g | | | |
| | | | | Ser twarog. | 80 g | | | |
| | | | | Margaryna | 20 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: 565 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 912 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 570 [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] |
| 8568 | 2048 | 60.69 | 25.07 | 311.27 | 96.31 | 50.34 | 13.15 | 712.70 | 32.94 | 234.10 |

| POSILEK | Występujące Alergeny |
|-----------|----------------------|
| Śniadanie | Mleko Gluten |
| Obiad | Mleko Seler Gluten |
| Kolacja | Mleko Gluten |