



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|--------------------------------|---------------------------|-------|---------------------------------|-------------------------------|-------|--------------------------------|---------------------------|-------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1324 | Poledwica wędz. | 60 g | 01042 | Krupnik jęczm.got. (ml) | | 252 | Ser salami | 60 g |
| 3625 | Ogórki grunt. | 50 g | | Ziemniaki | 150 g | 3628 | Pomidory | 50 g |
| 17011 | Herbata,chleb,mr (porcja) | | | Kości | 50 g | 17011 | Herbata,chleb,mr (porcja) | |
| | Herbata | 2 g | | Marchew | 50 g | | Herbata | 2 g |
| | Cukier | 20 g | | Pietruszka | 20 g | | Cukier | 20 g |
| | Chleb krojony | 100 g | | Selery | 20 g | | Chleb krojony | 100 g |
| | Masło roślinne | 10 g | | Kasza jęczm. | 25 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | | | | S ó l | 10 g | | | |
| | | | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | | | 02045 | Kotlet schabowy smażony (g) | | | | |
| | | | | Smalec | 20 g | | | |
| | | | | Bułka tarta | 20 g | | | |
| | | | | Schab b/k | 80 g | | | |
| | | | | Jaja | 0,1 s | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 10 g | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. (g) | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | | 09148 | Salata ze śmiet. (porcja) | | | | |
| | | | | Salata ziel. | 100 g | | | |
| | | | | Śmietana 18% | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: 495 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 1098 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 609 [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] |
| 9210 | 2201 | 65,39 | 27,14 | 329,66 | 79,93 | 80,56 | 14,54 | 1414,00 | 36,65 | 386,70 |

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