



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|---------------------------------------|--------------|---------------------|--|--------------|---------------------|---------------------------|--------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 201 | Jaja | 1 s | 01166 | Solferino lekk. got. (porcja) | | 1333 | Ogonówka | 60 g |
| 1209 | Polędwica drobiowa | 40 g | | Marchew | 50 g | 3628 | Pomidory | 50 g |
| 3635 | Salata lodowa | 50 g | | Selery | 20 g | 17025 | Herbata,bułka,mr (porcja) | |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku got. (porcja) | | | Pietruszka | 20 g | | Herbata | 2 g |
| | Mleko | 400 g | | Mleko 2% | 20 g | | Cukier | 20 g |
| | Płatki owsiane | 30 g | | Ziemniaki | 150 g | | Bułka 100g | 1 sz |
| 17025 | Herbata,bułka,mr (porcja) | | | Mąka pszenna | 10 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Herbata | 2 g | | S ó l | 10 g | | | |
| | Cukier | 20 g | | Konc.pomidor.30% | 20 g | | | |
| | Bułka 100g | 1 sz | | Jarzyanka | 2 g | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | 10111 | Risotto got. z mięsa i warzyw (porcja) | | | | |
| | | | | Ryż | 80 g | | | |
| | | | | Margaryna | 20 g | | | |
| | | | | Marchew | 80 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 40 g | | | |
| | | | | Selery | 40 g | | | |
| | | | | Łopátka wieprzowa | 50 g | | | |
| | | | 09120 | Sur. z marchewki i jabłka (g) | | | | |
| | | | | Jabłka | 60 g | | | |
| | | | | Marchew | 150 g | | | |
| | | | | Śmietana 18% | 20 g | | | |
| | | | | Majonez | 20 g | | | |
| | | | | Cukier | 5 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jablek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | | 018 | Bułka 50 g | 1 sz | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 803 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 1454 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 385 [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] |
| 11054 | 2642 | 65.41 | 22.31 | 386.21 | 125.55 | 88.79 | 14.16 | 933.90 | 59.08 | 240.90 |

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