

**JADŁOSPIS**  
Należność: Podstawowa ogólna  
Na dzień: 21-07-2024 (Niedziela)



| ŚNIADANIE           |                           |              | OBIAD               |   |              | KOLACJA             |                           |              |
|---------------------|---------------------------|--------------|---------------------|---|--------------|---------------------|---------------------------|--------------|
| Indeks              | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)  | Norma        | Indeks              | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)                  | Norma        | Indeks              | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU)  | Norma        |
| 1324                | Poledwica wędz.           | 60 g         | 01167               | Gryskowa got. (porcja)                    |              | 1307                | Kiełbasa krak.parz.       | 60 g         |
| 3625                | Ogórki grunt.             | 50 g         |                     | Marchew                                   | 50 g         | 3628                | Pomidory                  | 50 g         |
| 17011               | Herbata,chleb,mr (porcja) |              |                     | Pietruszka                                | 20 g         | 17025               | Herbata,bułka,mr (porcja) |              |
|                     | Herbata                   | 2 g          |                     | Selery                                    | 20 g         |                     | Herbata                   | 2 g          |
|                     | Cukier                    | 20 g         |                     | Kości                                     | 50 g         |                     | Cukier                    | 20 g         |
|                     | Chleb krojony             | 100 g        |                     | Ziemniaki                                 | 150 g        |                     | Bułka 100g                | 1 sz         |
|                     | Masło roślinne            | 10 g         |                     | Kasza manna                               | 25 g         |                     | Masło roślinne            | 10 g         |
|                     |                           |              |                     | S ó l                                     | 10 g         |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Jarzynka                                  | 2 g          |                     |                           |              |
|                     |                           |              | 2105                | Bitek schabowy got.w sosie jarz. (porcja) |              |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Marchew                                   | 30 g         |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Mleko                                     | 40 g         |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Mąka pszenna                              | 20 g         |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Pietruszka                                | 30 g         |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Selery                                    | 30 g         |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Schab b/k                                 | 80 g         |                     |                           |              |
|                     |                           |              | 09141               | Ziemniaki got. (g)                        |              |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Ziemniaki                                 | 300 g        |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Mleko                                     | 15 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 jabłek got. (porcja)             |              |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Jabłka                                    | 80 g         |                     |                           |              |
|                     |                           |              |                     | Cukier                                    | 20 g         |                     |                           |              |
| Wartość kaloryczna: |                           | 495 [kcal]   | Wartość kaloryczna: |   | 1159 [kcal]  | Wartość kaloryczna: |                           | 495 [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 ]      |
| 8992                 | 2149     | 43,39    | 13,95                   | 329,70      | 102,11 | 78,35  | 14,27 | 1204,30 | 47,49   | 272,50      |

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