



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|------------------------------|--------------|---------------------|-------------------------------|--------------|---------------------|---------------------------|--------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1212 | Szynka drobiowa | 40 g | 01030 | Krupnik jęczm. lekk.got. (ml) | | 1324 | Poledwica wędz. | 60 g |
| 2542 | Ser topiony 22.5 g | 1 sz | | Ziemniaki | 150 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| 3628 | Pomidor | 50 g | | Marchew | 50 g | 17025 | Herbata,bułka,mr (porcja) | |
| 3635 | Salata lodowa | 20 g | | Pietruszka | 20 g | | Herbata | 2 g |
| 17025 | Herbata,bułka,mr (porcja) | | | Selery | 20 g | | Cukier | 20 g |
| | Herbata | 2 g | | Kasza jęczm. | 25 g | | Bułka 100g | 1 sz |
| | Cukier | 20 g | | S ó l | 10 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Bułka 100g | 1 sz | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | 07063 | Ryba got.w jarzynach (g) | | | | |
| 01073 | Manna na mleku got. (porcja) | | | Filety rybne | 100 g | | | |
| | Mleko | 300 g | | Marchew | 40 g | | | |
| | Kasza manna | 30 g | | Pietruszka | 20 g | | | |
| | | | | Selery | 20 g | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. (g) | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 09062 | Jarzynki got.opr. (g) | | | | |
| | | | | Margaryna | 7 g | | | |
| | | | | Marchew | 80 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 5 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 50 g | | | |
| | | | | Selery | 50 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jablka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 917 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 827 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 384 [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] |
| 8901 | 2127 | 61.18 | 26.97 | 319.20 | 103.55 | 62.69 | 14.66 | 849.77 | 44.30 | 107.50 |

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