



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|--|-------------|---------------------|----------------------------------|-------------|---------------------|-----------------------------|------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 0307 | Drożdżówka | 1 sz | 01011 | Barszcz ukraiński got. (ml) | | 1405 | Salceson | 60 g |
| 1209 | Polędwica drobiowa | 40 g | | Kapusta biała | 50 g | 3648 | Rzodkiew biała | 50 g |
| 018 | Bułka 50 g | 1 sz | | Buraki | 100 g | 17011 | Herbata, chleb, mr (porcja) | |
| 22223 | Masło roślinne | 10 g | | Ziemniaki | 150 g | | Herbata | 2 g |
| 3635 | Salata lodowa | 50 g | | Śmietana | 20 g | | Cukier | 20 g |
| 17001 | Herbata got. (porcja) | | | Fasola | 30 g | | Chleb krojony | 100 g |
| | Cukier | 20 g | | Kości | 50 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Herbata | 2 g | | Marchew | 50 g | | | |
| 010981 | Płatki jęczmienne na mleku got. (porcja) | | | Pietruszka | 20 g | | | |
| | Mleko | 300 g | | Selery | 20 g | | | |
| | Płatki jęczmienne | 30 g | | Mąka pszenna | 5 g | | | |
| | | | | Sól | 10 g | | | |
| | | | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | | | 02043 | Kotlet mielony smażony (porcja) | | | | |
| | | | | Mięso wieprz. gulaszowe | 80 g | | | |
| | | | | Jaja | 0,3 s | | | |
| | | | | Smalec | 20 g | | | |
| | | | | Bułka 100g | 0,2 sz | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. (g) | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | | 09155 | Surówka z warzyw miesz. (porcja) | | | | |
| | | | | Marchew | 40 g | | | |
| | | | | Cukier | 5 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 30 g | | | |
| | | | | Selery | 30 g | | | |
| | | | | Jabłka | 30 g | | | |
| | | | | Śmietana 18% | 20 g | | | |
| | | | | Cebula | 20 g | | | |
| | | | | Ogórki kwasz. | 20 g | | | |
| | | | | Majonez | 20 g | | | |
| | | | | Musztarda | 5 g | | | |
| | | | | Groszek kons. | 20 g | | | |
| | | | | Pory | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 1114 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 1389 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 612 [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] |
| 13035 | 3115 | 90,10 | 34,03 | 444,86 | 129,25 | 75,79 | 16,09 | 1371,75 | 46,66 | 412,10 |

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