



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|--------------------------------|----------------------------------|-------|---------------------------------|--|-------|--------------------------------|---------------------------|-------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 02114 | Pasta z jajka i wędliny (porcja) | | 01038 | Jarzynowa lekk.got. (porcja) | | 1315 | Kiełbasa szynkowa | 60 g |
| | Jaja | 1 s | | Konc.pomidor.30% | 10 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| | Mielonka wp | 40 g | | Marchew | 80 g | 17025 | Herbata,bułka,mr (porcja) | |
| 01073 | Manna na mleku got. (porcja) | | | Mąka pszenna | 10 g | | Herbata | 2 g |
| | Mleko | 300 g | | Pietruszka | 30 g | | Cukier | 20 g |
| | Kasza manna | 30 g | | Selery | 30 g | | Bułka 100g | 1 sz |
| 17025 | Herbata,bułka,mr (porcja) | | | Mleko | 40 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Herbata | 2 g | | Ziemniaki | 150 g | | | |
| | Cukier | 20 g | | S ó l | 10 g | | | |
| | Bułka 100g | 1 sz | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | 100481 | Makaron nitki got z serem (mar) (porcja) | | | | |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Makaron | 80 g | | | |
| 3635 | Salata lodowa | 20 g | | Ser twarog. | 80 g | | | |
| | | | | Margaryna | 20 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | | 018 | Bułka 50 g | 1 sz | | | |
| Wartość kaloryczna: 769 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 1181 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 374 [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] |
| 9723 | 2324 | 59.73 | 20.16 | 350.57 | 98.64 | 73.80 | 13.85 | 1059.50 | 43.62 | 127.10 |

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