



| ŚNIADANIE | | | II ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | PODWIECZOREK | | | KOLACJA | | |
|--------------------------------|---------------------------------------|-------|--------------------------------|--------------------------|-------|---------------------------------|----------------------------------|-------|---------------------------------|--------------------------|-------|---------------------------------|---------------------------------------|-------|
| Indeks | Nazwa Potrawy (Produktu) | Norma | Indeks | Nazwa Potrawy (Produktu) | Norma | Indeks | Nazwa Potrawy (Produktu) | Norma | Indeks | Nazwa Potrawy (Produktu) | Norma | Indeks | Nazwa Potrawy (Produktu) | Norma |
| 1343 | Szynka gotowana | 40 g | | | | 01171 | Selerowa lekk. z grzankami got. | | 0304 | Paluszki solone | 1op | 1333 | Ogonówka | 40 g |
| 13103 | Herbata, bułka 5.masto (g) | | | | | | Selery | 100g | | | | 13103 | Herbata, bułka 5.masło (g) | |
| | Herbata | 2 g | | | | | Ziemniaki | 150g | | | | | Herbata | 2 g |
| | Cukier | 20 g | | | | | Mleko 2% | 40g | | | | | Cukier | 20 g |
| | Bułka 50 g | 1 s | | | | | Mąka pszenna | 10g | | | | | Bułka 50 g | 1 sz |
| | Masło | 10 g | | | | | Marchew | 30g | | | | | Masło | 10 g |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku got. (porcja) | | | | | | Pietruszka | 30g | | | | 01098 | Płatki owsiane na mleku got. (porcja) | |
| | Mleko | 400 g | | | | | Sól | 10g | | | | | Mleko | 400 g |
| | Płatki owsiane | 30 g | | | | | Jarzynka | 2g | | | | | Płatki owsiane | 30 g |
| | | | | | | | Bułka 50 g | 1 sz | | | | | | |
| | | | | | | 2105 | Bitek schabowy got.w sosie jarz. | | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Mleko | 40g | | | | | | |
| | | | | | | | Mąka pszenna | 20g | | | | | | |
| | | | | | | | Pietruszka | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Selery | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Schab b/k | 80g | | | | | | |
| | | | | | | 09062 | Jarzynki got.opr. (g) | | | | | | | |
| | | | | | | | Margaryna | 7g | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 80g | | | | | | |
| | | | | | | | Mąka pszenna | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Pietruszka | 50g | | | | | | |
| | | | | | | | Selery | 50g | | | | | | |
| | | | | | | 09141 | Ziemniaki got. (g) | | | | | | | |
| | | | | | | | Ziemniaki | 300g | | | | | | |
| | | | | | | | Mleko | 15g | | | | | | |
| | | | | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | | | | |
| | | | | | | | Jabłka | 80g | | | | | | |
| | | | | | | | Cukier | 20g | | | | | | |
| Wartość kaloryczna _____ [cal] | | | Wartość kaloryczna _____ [cal] | | | Wartość kaloryczna: _____ [cal] | | | Wartość kaloryczna: _____ [cal] | | | Wartość kaloryczna: _____ [cal] | | |
| Wartość zestawu: 3,82 [zł] | | | Wartość zestawu: 0,00 [zł] | | | Wartość zestawu: 6,33 [zł] | | | Wartość zestawu: 0,80 [zł] | | | Wartość zestawu: 3,94 [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] |
| 13654.00 | 3260.00 | 45.64 | 17.82 | 559.96 | 135.15 | 128.40 | 18.62 | 1111.47 | 78.27 | 292.90 |

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

.....

.....

.....

.....

.....