



| 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 |
| 1212 | Szynka drobiowa | 40 g | 010981 | Płatki jęczmienne na mleku got. | | 01030 | Krupnik jęczm. lekk.got. (ml) | | 16028 | Podwieczorek (pol) (porcja) | | 1624 | Szynka kanapkowa | 60 g |
| 2542 | Ser topiony 22.5 g | 1 s | | Mleko | 300 g | | Ziemniaki | 150g | | Polędwica wędz. | 50g | 3628 | Pomidory | 50 g |
| 3635 | Salata lodowa | 50 g | | Płatki jęczmienne | 30 g | | Marchew | 50g | | Masło roślinne | 10g | 1710 | Herbata b/c, chleb, mr (porcja) | |
| 1710 | Herbata b/c, chleb, mr (porcja) | | | | | | Pietruszka | 20g | | Chleb krojony | 50g | | Herbata | 2g |
| | Herbata | 2 g | | | | | Selery | 20g | | | | | Masło roślinne | 10g |
| | Masło roślinne | 10 g | | | | | Kasza jęczm. | 25g | | | | | Chleb krojony | 100g |
| | Chleb krojony | 100 g | | | | | S ó l | 10g | | | | | | |
| | | | | | | | Jarzyńska | 2g | | | | | | |
| | | | | | | 03070 | Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g) | | | | | | | |
| | | | | | | | Łopátka wieprzowa | 80g | | | | | | |
| | | | | | | | Jaja | 0,1s | | | | | | |
| | | | | | | | Mąka pszenna | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Margaryna zw. | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Pietruszka | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Selery | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Mleko 2% | 40g | | | | | | |
| | | | | | | | Bułka 100g | 0,2sz | | | | | | |
| | | | | | | 09141 | Ziemniaki got. (g) | | | | | | | |
| | | | | | | | Ziemniaki | 300g | | | | | | |
| | | | | | | | Mleko | 15g | | | | | | |
| | | | | | | 09157 | Surówka z warzyw miesz. b/c (porcja) | | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 100g | | | | | | |
| | | | | | | | Pietruszka | 40g | | | | | | |
| | | | | | | | Selery | 40g | | | | | | |
| | | | | | | | Jabłka | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Śmietana 18% | 20g | | | | | | |
| | | | | | | | Majonez | 20g | | | | | | |
| | | | | | | 13219 | Kompot z jabłek b/c got. (g) | | | | | | | |
| | | | | | | | Jabłka | 80g | | | | | | |
| Wartość kaloryczna _____ [cal] | | | Wartość kaloryczna _____ [cal] | | | Wartość kaloryczna: _____ [cal] | | | Wartość kaloryczna: _____ [cal] | | | Wartość kaloryczna: _____ [cal] | | |
| Wartość zestawu: _____ [zł] | | | Wartość zestawu: _____ [zł] | | | 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] |
| 11741,00 | 2803,00 | 86,94 | 35,82 | 369,89 | 52,41 | 113,92 | 19,00 | 719,50 | 52,72 | 449,90 |

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

.....

.....

.....

.....

.....