



| 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 | | | | 01038 | Jarzynowa lekk.got. (porcja) | | 2423 | Jogurt owocowy | 1sz | 1333 | Ogonówka | 40 g |
| 13103 | Herbata,bułka 5.masło (g) | | | | | | Konc.pomidor.30% | 10g | | | | 13103 | Herbata,bułka 5.masło (g) | |
| | Herbata | 2 g | | | | | Marchew | 80g | | | | | Herbata | 2g |
| | Cukier | 20 g | | | | | Mąka pszenna | 10g | | | | | Cukier | 20g |
| | Bułka 50 g | 1 s | | | | | Pietruszka | 30g | | | | | Bułka 50 g | 1sz |
| | Masło | 10 g | | | | | Selery | 30g | | | | | Masło | 10g |
| 01073 | Manna na mleku got. (porcja) | | | | | | Mleko | 40g | | | | 01073 | Manna na mleku got. (porcja) | |
| | Mleko | 300 g | | | | | Ziemniaki | 150g | | | | | Mleko | 300g |
| | Kasza manna | 30 g | | | | | S ó l | 10g | | | | | Kasza manna | 30g |
| | | | | | | | Jarzynka | 2g | | | | | | |
| | | | | | | 2105 | Bitek schabowy got.w sosie jarz. | | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Mleko | 40g | | | | | | |
| | | | | | | | Mąka pszenna | 20g | | | | | | |
| | | | | | | | Pietruszka | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Selery | 30g | | | | | | |
| | | | | | | | Schab b/k | 100g | | | | | | |
| | | | | | | 10020 | Kasza jęczm. got.na sypko (g) | | | | | | | |
| | | | | | | | Kasza jęczm. | 80g | | | | | | |
| | | | | | | | Margaryna | 5g | | | | | | |
| | | | | | | 09062 | Jarzynki got.opr. (g) | | | | | | | |
| | | | | | | | Margaryna | 7g | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 80g | | | | | | |
| | | | | | | | Mąka pszenna | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Pietruszka | 50g | | | | | | |
| | | | | | | | Selery | 50g | | | | | | |
| | | | | | | 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: _____ [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] |
| 10836.00 | 2586.00 | 35.96 | 14.76 | 425.92 | 123.87 | 98.51 | 14.75 | 1171.47 | 65.64 | 187.50 |

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

.....

.....

.....

.....

.....