



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|--------------------------------|------------------------------|-------|---------------------------------|-------------------------------------|-------|--------------------------------|-----------------------------|-------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1624 | Szynka kanapkowa | 40 g | 14010 | Brokułowa (g) | | 1324 | Poledwica wędz. | 60 g |
| 2542 | Ser topiony 22.5 g | 1 sz | | Mąka pszenna | 5 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Śmietana | 20 g | 17025 | Herbata, bułka, mr (porcja) | |
| 3634 | Salata ziel. | 10 g | | S ó l | 10 g | | Herbata | 2 g |
| 17025 | Herbata, bułka, mr (porcja) | | | Jarzynka | 5 g | | Cukier | 20 g |
| | Herbata | 2 g | | Kości | 50 g | | Bułka 100g | 1 sz |
| | Cukier | 20 g | | Marchew | 50 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Bułka 100g | 1 sz | | Selery | 20 g | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | | Pietruszka | 20 g | | | |
| 01073 | Manna na mleku got. (porcja) | | | Brokuły | 100 g | | | |
| | Mleko | 300 g | | Ziemniaki | 150 g | | | |
| | Kasza manna | 30 g | 06033 | Kurczak got. w sosie jarzynowym (g) | | | | |
| | | | | Kurczak | 200 g | | | |
| | | | | Marchew | 30 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 30 g | | | |
| | | | | Selery | 30 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 20 g | | | |
| | | | | Mleko 2% | 40 g | | | |
| | | | | Margaryna zw. | 5 g | | | |
| | | | 10101 | Ryż got. na sypko (g) | | | | |
| | | | | Ryż | 80 g | | | |
| | | | | Margaryna zw. | 7 g | | | |
| | | | 09120 | Sur. z marchewki i jabłka (g) | | | | |
| | | | | Jabłka | 60 g | | | |
| | | | | Marchew | 150 g | | | |
| | | | | Śmietana 18% | 20 g | | | |
| | | | | Majonez | 20 g | | | |
| | | | | Cukier | 5 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: 916 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 1338 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 384 [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] |
| 11035 | 2637 | 72.82 | 33.11 | 335.58 | 118.27 | 70.06 | 14.68 | 2410.87 | 46.70 | 341.30 |

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