



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|---------------------------------------|------------|---------------------|---------------------------------|-------------|---------------------|---------------------------|------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1333 | Ogonówka | 60 g | 01166 | Solferino lekk. got. (porcja) | | 08061 | Twaróg z ml. (porcja) | |
| 3635 | Salata lodowa | 50 g | | Marchew | 50 g | | Ser twarog. | 100 g |
| 3634 | Salata ziel. | 10 g | | Selery | 20 g | | Mleko 2% | 40 g |
| 17025 | Herbata,bulka,mr (porcja) | | | Pietruszka | 20 g | 17025 | Herbata,bulka,mr (porcja) | |
| | Herbata | 2 g | | Mleko 2% | 20 g | | Herbata | 2 g |
| | Cukier | 20 g | | Ziemniaki | 150 g | | Cukier | 20 g |
| | Bulka 100g | 1 sz | | Mąka pszenna | 10 g | | Bulka 100g | 1 sz |
| | Masło roślinne | 10 g | | S ó l | 10 g | | Masło roślinne | 10 g |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku got. (porcja) | | | Konc.pomidor.30% | 20 g | 3628 | Pomidory | 50 g |
| | Mleko | 400 g | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | Płatki owsiane | 30 g | 10123 | Makaron nitki got. z mięsem (g) | | | | |
| | | | | Makaron nitka | 100 g | | | |
| | | | | Marchew | 20 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 20 g | | | |
| | | | | Selery | 20 g | | | |
| | | | | Margaryna zw. | 10 g | | | |
| | | | | Łopatka wieprzowa | 100 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jablek got. (porcja) | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | | 018 | Bulka 50 g | 1 sz | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 704 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 1251 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 461 [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] |
| 10108 | 2416 | 54.47 | 19.55 | 372.30 | 107.04 | 100.62 | 12.76 | 804.40 | 58.11 | 148.10 |

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