



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | | | | |
|-----------|---------------------------------------|---------------------|--------------|--|-------|---------------------|---------------------------|-------|--|---------------------|--------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | | | |
| 0307 | Drożdżówka | 1 sz | 01179 | Ziemniaczana czysta z mak. lek.got. (por | | 1333 | Ogonówka | 60 g | | | |
| 1624 | Szynka kanapkowa | 40 g | | Marchew | 50 g | 3628 | Pomidory | 50 g | | | |
| 22223 | Masło roślinne | 10 g | | Pietruszka | 20 g | 17025 | Herbata,bułka,mr (porcja) | | | | |
| 018 | Bułka 50 g | 1 sz | | Selery | 20 g | | Herbata | 2 g | | | |
| 3635 | Salata lodowa | 50 g | | Ziemniaki | 150 g | | Cukier | 20 g | | | |
| 17001 | Herbata got. (porcja) | | | Makaron nitka | 25 g | | Bułka 100g | 1 sz | | | |
| | Cukier | 20 g | | Jarzynka | 2 g | | Masło roślinne | 10 g | | | |
| | Herbata | 2 g | | S ó l | 10 g | | | | | | |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku got. (porcja) | | 09120 | Sur. z marchewki i jabłka (g) | | | | | | | |
| | Mleko | 400 g | | Jabłka | 60 g | | | | | | |
| | Płatki owsiane | 30 g | | Marchew | 150 g | | | | | | |
| | | | | Śmietana 18% | 20 g | | | | | | |
| | | | | Majonez | 20 g | | | | | | |
| | | | | Cukier | 5 g | | | | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. (g) | | | | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | | | | |
| | | | 09144 | Buraczki got.z jabłkami (g) | | | | | | | |
| | | | | Buraki | 150 g | | | | | | |
| | | | | Jabłka | 40 g | | | | | | |
| | | | | Cukier | 5 g | | | | | | |
| | | | | Olej jadalny | 7 g | | | | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. (porcja) | | | | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | | | | |
| | | Wartość kaloryczna: | 1177 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: | 1078 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: | 385 [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] |
| 11048 | 2640 | 58,22 | 17,86 | 424,78 | 144,14 | 71,83 | 13,80 | 1400,54 | 54,29 | 292,70 |

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