



| 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 |
| 0301                           | Bułka słodka 50g                      | 1 s   |                                |                          |       | 02109                           | Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. (g) |       | 3309                            | Wafelki                  | 1sz   | 1324                            | Poładwica wędz.                       | 40 g  |
| 2105                           | Masło                                 | 10 g  |                                |                          |       |                                 | Groszek kons.                          | 20 g  |                                 |                          |       | 13103                           | Herbata,bułka 5.masło (g)             |       |
| 3801                           | Dżem truskawkowy                      | 40 g  |                                |                          |       |                                 | Ziemniaki                              | 150 g |                                 |                          |       |                                 | Herbata                               | 2 g   |
| 01098                          | Płatki owsiane na mleku got. (porcja) |       |                                |                          |       |                                 | Mleko 2%                               | 40 g  |                                 |                          |       |                                 | Cukier                                | 20 g  |
|                                | Mleko                                 | 400 g |                                |                          |       |                                 | Mąka pszenna                           | 10 g  |                                 |                          |       |                                 | Bułka 50 g                            | 1 sz  |
|                                | Płatki owsiane                        | 30 g  |                                |                          |       |                                 | Marchew                                | 50 g  |                                 |                          |       |                                 | Masło                                 | 10 g  |
| 17001                          | Herbata got. (porcja)                 |       |                                |                          |       |                                 | Selery                                 | 20 g  |                                 |                          |       | 01098                           | Płatki owsiane na mleku got. (porcja) |       |
|                                | Cukier                                | 20 g  |                                |                          |       |                                 | Pietruszka                             | 20 g  |                                 |                          |       |                                 | Mleko                                 | 400 g |
|                                | Herbata                               | 2 g   |                                |                          |       |                                 | S ó l                                  | 10 g  |                                 |                          |       |                                 | Płatki owsiane                        | 30 g  |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Jarzynka                               | 2 g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       | 03070                           | Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym (g) |       |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Łopatką wieprzowa                      | 100 g |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Jaja                                   | 0,1 s |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Mąka pszenna                           | 30 g  |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Margaryna zw.                          | 5 g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Marchew                                | 30 g  |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Pietruszka                             | 30 g  |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Selery                                 | 30 g  |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Mleko 2%                               | 40 g  |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Bułka 100g                             | 0,2sz |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       | 09141                           | Ziemniaki got. (g)                     |       |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Ziemniaki                              | 300 g |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Mleko                                  | 15 g  |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       | 09009                           | Buraczki got.opr. (porcja)             |       |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Buraki                                 | 180 g |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Margaryna                              | 7 g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Cukier                                 | 5 g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Mąka pszenna                           | 5 g   |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       | 13220                           | Kompot z jabłek got. (porcja)          |       |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Jabłka                                 | 80 g  |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
|                                |                                       |       |                                |                          |       |                                 | Cukier                                 | 20 g  |                                 |                          |       |                                 |                                       |       |
| 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    | Blonnik | Cholesterol |
|----------------------|----------|----------|-------------------------|-------------|--------|--------|-------|--------|---------|-------------|
| [ kJ ]               | [ kcal ] | [ g ]    | [ g ]                   | [ g ]       | [ g ]  | [ g ]  | [ g ] | [ mg ] | [ g ]   | [ mg ]      |
| 10898.00             | 2601.00  | 45.12    | 19.03                   | 380.96      | 127.81 | 93.38  | 12.92 | 842.27 | 72.96   | 132.50      |

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

.....

.....

.....

.....

.....