



| 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 |
| 08064                         | Twaróg z ml.mp                  | 50 g  |                               |                          |       | 01168                          | Grysikowa lekk.got.                |       | 3307                           | Herbatniki               | 50g   | 1343                           | Szynka gotowana                 | 40 g  |
|                               | Ser twarog.                     | 20 g  |                               |                          |       |                                | Marchew                            | 50 g  |                                |                          |       | 13103                          | Herbata,bułka 5.masło           |       |
| 13103                         | Mleko 2%                        |       |                               |                          |       |                                | Selery                             | 20g   |                                |                          |       |                                | Herbata                         | 2 g   |
|                               | Herbata,bułka 5.masło           |       |                               |                          |       |                                | Pietruszka                         | 20g   |                                |                          |       |                                | Cukier                          | 20 g  |
|                               | Herbata                         | 2 g   |                               |                          |       |                                | Ziemniaki                          | 150g  |                                |                          |       |                                | Bułka 50 g                      | 1 sz  |
|                               | Cukier                          | 20 g  |                               |                          |       |                                | Kasza manna                        | 25g   |                                |                          |       |                                | Masło                           | 10 g  |
|                               | Bułka 50 g                      | 1 s   |                               |                          |       |                                | S ó l                              | 10g   |                                |                          |       | 010981                         | Płatki jęczmienne na mleku got. |       |
|                               | Masło                           | 10 g  |                               |                          |       |                                | Jarzynka                           | 2g    |                                |                          |       |                                | Mleko                           | 300 g |
| 010981                        | Płatki jęczmienne na mleku got. |       |                               |                          |       | 03070                          | Pulpet wp. got. w sosie jarzynowym |       |                                |                          |       |                                | Płatki jęczmienne               | 30 g  |
|                               | Mleko                           | 300 g |                               |                          |       |                                | Łopatką wieprzową                  | 100 g |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               | Płatki jęczmienne               | 30 g  |                               |                          |       |                                | Jaja                               | 0,1s  |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Mąka pszenna                       | 30g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Margaryna zw.                      | 5g    |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Marchew                            | 30g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Pietruszka                         | 30g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Selery                             | 30g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Mleko 2%                           | 40g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Bułka 100g                         | 0,2sz |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       | 09141                          | Ziemniaki got.                     |       |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Ziemniaki                          | 300g  |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Mleko                              | 15g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       | 09062                          | Jarzynki got.opr.                  |       |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Margaryna                          | 7g    |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Marchew                            | 80g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Mąka pszenna                       | 5g    |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Pietruszka                         | 50g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Selery                             | 50g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       | 13220                          | Kompot z jabłek got.               |       |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Jabłka                             | 80g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
|                               |                                 |       |                               |                          |       |                                | Cukier                             | 20g   |                                |                          |       |                                |                                 |       |
| Wartość kaloryczna 776 [kcal] |                                 |       | Wartość kaloryczna [kcal]     |                          |       | Wartość kaloryczna 1169 [kcal] |                                    |       | Wartość kaloryczna: 220 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 748 [kcal] |                                 |       |
| 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 ]      |
| 12187.00             | 2911.00  | 48.76    | 18.68                   | 481.96      | 139.76 | 110.13 | 15.42 | 986.37 | 65.99   | 214.90      |

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

.....

.....

.....

.....

.....