



| 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 |
| 201                           | Jaja                     | 2 s   | 01073                         | Manna na mleku got.      |       | 01182                         | Kalafiorowa lekk got             |       | 1028                           | Podwieczorek (sz.dr)     |       | 252                            | Ser salami               | 60 g  |
| 3635                          | Salata lodowa            | 50 g  |                               | Mleko                    | 300 g |                               | Marchew                          | 50 g  |                                | Szynka drobiowa          | 50g   | 3628                           | Pomidory                 | 50 g  |
| 1710                          | Herbata b/c, chleb, mr   |       |                               | Kasza manna              | 30 g  |                               | Kalafior                         | 130g  |                                | Masło roślinne           | 10g   | 1710                           | Herbata b/c, chleb, mr   |       |
|                               | Herbata                  | 2 g   |                               |                          |       |                               | Ziemniaki                        | 150g  |                                | Chleb krojony            | 50g   |                                | Herbata                  | 2 g   |
|                               | Masło roślinne           | 10 g  |                               |                          |       |                               | Mleko 2%                         | 40 g  |                                |                          |       |                                | Masło roślinne           | 10 g  |
|                               | Chleb krojony            | 100 g |                               |                          |       |                               | Pietruszka                       | 20 g  |                                |                          |       |                                | Chleb krojony            | 100 g |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Selery                           | 20 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Jarzynka                         | 2 g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | S ó l                            | 10 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Mąka pszenna                     | 10 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       | 07063                         | Ryba got.w jarzynach             |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Filety rybne                     | 100 g |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Marchew                          | 40 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Pietruszka                       | 20 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Selery                           | 20 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       | 09141                         | Ziemniaki got.                   |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Ziemniaki                        | 300 g |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Mleko                            | 15 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       | 09126                         | Surówka z marchewki i jabłka b/c |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Marchew                          | 150 g |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Śmietana 18%                     | 20 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Majonez                          | 20 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Jabłka                           | 60 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       | 13219                         | Kompot z jabłek b/c got.         |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Jabłka                           | 80 g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
| Wartość kaloryczna 617 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 260 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 887 [kcal] |                                  |       | Wartość kaloryczna: 259 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 528 [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     | Blonnik | Cholesterol |
|----------------------|----------|----------|-------------------------|-------------|-------|--------|-------|---------|---------|-------------|
| [ kJ ]               | [ kcal ] | [ g ]    | [ g ]                   | [ g ]       | [ g ] | [ g ]  | [ g ] | [ mg ]  | [ g ]   | [ mg ]      |
| 10675.00             | 2549.00  | 77.32    | 28.03                   | 334.77      | 55.94 | 101.91 | 16.31 | 1173.00 | 75.55   | 382.30      |

| POSIŁEK      | Występujące Alergeny                   |
|--------------|----------------------------------------|
| Śniadanie    | Jajka Mleko Gluten                     |
| II Śniadanie | Mleko Gluten                           |
| Obiad        | Jajka Mleko Ryby Seler Gluten          |
| Podwieczorek | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |
| Kolacja      | Mleko Gluten                           |

.....

.....

.....

.....

.....