



| 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 |
| 1336                          | Szynka mielona               | 40 g  |                           |                          |       | 01126                         | Koperkowa lekk.got.       |       | 3309                       | Wafelki                  | 1sz   | 1324                           | Poledwica wędz.              | 40 g  |
| 13103                         | Herbata,bulka 5.masło        |       |                           |                          |       |                               | Ziemniaki                 | 150 g |                            |                          |       | 13103                          | Herbata,bulka 5.masło        |       |
|                               | Herbata                      | 2 g   |                           |                          |       |                               | Mąka pszenna              | 5g    |                            |                          |       |                                | Herbata                      | 2 g   |
|                               | Cukier                       | 20 g  |                           |                          |       |                               | Koperek                   | 10g   |                            |                          |       |                                | Cukier                       | 20 g  |
|                               | Bulka 50 g                   | 1 s   |                           |                          |       |                               | Marchew                   | 30g   |                            |                          |       |                                | Bulka 50 g                   | 1 sz  |
|                               | Masło                        | 10 g  |                           |                          |       |                               | Pietruszka                | 10g   |                            |                          |       |                                | Masło                        | 10 g  |
| 01098                         | Płatki owsiane na mleku got. |       |                           |                          |       |                               | Selery                    | 10g   |                            |                          |       | 01098                          | Płatki owsiane na mleku got. |       |
|                               | Mleko                        | 300 g |                           |                          |       |                               | Mleko                     | 40g   |                            |                          |       |                                | Mleko                        | 300 g |
|                               | Płatki owsiane               | 30 g  |                           |                          |       |                               | S ó l                     | 10g   |                            |                          |       |                                | Płatki owsiane               | 30 g  |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Jarzynka                  | 2g    |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       | 06104                         | Gulasz drobiowy got       |       |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Kurczak ćwiartka          | 150 g |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Mleko 2%                  | 40 g  |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Marchew                   | 20g   |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Pietruszka                | 20g   |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Selery                    | 20g   |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Margaryna zw.             | 5g    |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Mąka pszenna              | 10g   |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       | 10020                         | Kasza jęczm. got.na sypko |       |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Kasza jęczm.              | 80 g  |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Margaryna                 | 5g    |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       | 09149                         | Marchewka got.opr.        |       |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Margaryna                 | 5g    |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Marchew                   | 180 g |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Cukier                    | 5g    |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Mąka pszenna              | 5g    |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       | 13220                         | Kompot z jabłek got.      |       |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Jabłka                    | 80g   |                            |                          |       |                                |                              |       |
|                               |                              |       |                           |                          |       |                               | Cukier                    | 20g   |                            |                          |       |                                |                              |       |
| Wartość kaloryczna 742 [kcal] |                              |       | Wartość kaloryczna [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 994 [kcal] |                           |       | Wartość kaloryczna: [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 753 [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 ]      |
| 10415.00             | 2489.00  | 35.71    | 14.30                   | 397.56      | 123.40 | 71.92  | 14.54 | 895.10 | 54.56   | 205.50      |

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

.....

.....

.....

.....

.....