



| ŚNIADANIE                     |                           |       | II ŚNIADANIE                  |                              |       | OBIAŁ                         |                          |       | 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 |
| 1315                          | Kielbasa szynkowa         | 60 g  | 01098                         | Płatki owsiane na mleku got. |       | 01168                         | Grycikowa lekk.got.      |       | 16030                          | Podwieczorek(ser top.)   |       | 1624                           | Szynka kanapkowa         | 60 g  |
| 3628                          | Pomidory                  | 50 g  |                               | Mleko                        | 300 g |                               | Marchew                  | 50 g  |                                | Ser topiony 100 g        | 50g   | 3635                           | Salata lodowa            | 50 g  |
| 1708                          | Herbata b/c, chleb sł, mr |       |                               | Płatki owsiane               | 30 g  |                               | Selery                   | 20g   |                                | Masło roślinne           | 10g   | 17025                          | Herbata, bułka, mr       |       |
|                               | Herbata                   | 2 g   |                               |                              |       |                               | Pietruszka               | 20g   |                                | Chleb krojony            | 50g   |                                | Herbata                  | 2 g   |
|                               | Chleb słonecznikowy       | 100 g |                               |                              |       |                               | Ziemniaki                | 150g  |                                |                          |       |                                | Cukier                   | 20 g  |
|                               | Masło roślinne            | 10 g  |                               |                              |       |                               | Kasza manna              | 25g   |                                |                          |       |                                | Bułka 100g               | 1 sz  |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Sól                      | 10g   |                                |                          |       |                                | Masło roślinne           | 10 g  |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Jarzynka                 | 2g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       | 02021                         | Gulasz wieprz.got.       |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Łopatką wieprzowa        | 100g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Margaryna                | 5g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Mleko                    | 40g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Mąka pszenna             | 10g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Pietruszka               | 20g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Selery                   | 20g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Marchew                  | 20g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       | 09141                         | Ziemniaki got.           |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Ziemniaki                | 300g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Mleko                    | 15g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       | 09148                         | Salata ze śmiet.         |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Salata ziel.             | 100g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Śmietana 18%             | 20g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       | 13219                         | Kompot z jabłek b/c got. |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                           |       |                               |                              |       |                               | Jabłka                   | 80g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
| Wartość kaloryczna 392 [kcal] |                           |       | Wartość kaloryczna 267 [kcal] |                              |       | Wartość kaloryczna 889 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 350 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 379 [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 ]      |
| 9527.00              | 2275.00  | 74.25    | 27.53                   | 314.28      | 60.02 | 94.15  | 15.39 | 1557.50 | 43.86   | 295.60      |

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

