



| 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 |
| 1212                          | Szynka drobiowa          | 60 g  | 01073                         | Manna na mleku got.      |       | 01038                         | Jarzynowa lekk.got.              |       | 16027                          | Podwieczorek (j)         |       | 1333                           | Ogonówka                 | 60 g  |
| 3628                          | Pomidory                 | 50 g  |                               | Mleko                    | 300 g |                               | Konc.pomidor.30%                 | 10 g  |                                | Jaja                     | 1s    | 3635                           | Salata lodowa            | 50 g  |
| 1710                          | Herbata b/c, chleb, mr   |       |                               | Kasza manna              | 30 g  |                               | Marchew                          | 80 g  |                                | Masło roślinne           | 10g   | 1710                           | Herbata b/c, chleb, mr   |       |
|                               | Herbata                  | 2 g   |                               |                          |       |                               | Mąka pszenna                     | 10g   |                                | Chleb krojony            | 50g   |                                | Herbata                  | 2 g   |
|                               | Masło roślinne           | 10 g  |                               |                          |       |                               | Pietruszka                       | 30g   |                                |                          |       |                                | Masło roślinne           | 10 g  |
|                               | Chleb krojony            | 100 g |                               |                          |       |                               | Selery                           | 30g   |                                |                          |       |                                | Chleb krojony            | 100 g |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Mleko                            | 40g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Ziemniaki                        | 150g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Sól                              | 10g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Jarzynka                         | 2g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       | 2105                          | Bitek schabowy got.w sosie jarz. |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Marchew                          | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Mleko                            | 40g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Mąka pszenna                     | 20g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Pietruszka                       | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Selery                           | 30g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Schab b/k                        | 100g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       | 09141                         | Ziemniaki got.                   |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Ziemniaki                        | 300g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Mleko                            | 15g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       | 09143                         | Buraki got.z jabłkami b/c        |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Jabłko                           | 40g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Olej jadalny                     | 7g    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Buraki                           | 150g  |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       | 13219                         | Kompot z jabłek b/c got.         |       |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                               | Jabłko                           | 80g   |                                |                          |       |                                |                          |       |
| Wartość kaloryczna 411 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 260 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 940 [kcal] |                                  |       | Wartość kaloryczna: 340 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 415 [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 ]      |
| 9897.00              | 2361.00  | 64.80    | 18.21                   | 345.90      | 48.73 | 111.59 | 16.05 | 765.04 | 61.99   | 335.40      |

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

.....

.....

.....

.....

.....