



| 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 |
| 1212 | Szynka drobiowa | 40 g | | | | 02109 | Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. | | 6302 | Sok warz. owoc. | 1s | 1324 | Poładwica wędz. | 40 g |
| 13103 | Herbata, bułka 5.masło | | | | | | Groszek kons. | 20g | | | | 13103 | Herbata, bułka 5.masło | |
| | Herbata | 2 g | | | | | Ziemniaki | 150g | | | | | Herbata | 2 g |
| | Cukier | 20 g | | | | | Mleko 2% | 40g | | | | | Cukier | 20 g |
| | Bułka 50 g | 1 s | | | | | Mąka pszenna | 10g | | | | | Bułka 50 g | 1 sz |
| | Masło | 10 g | | | | | Marchew | 50g | | | | | Masło | 10 g |
| 010981 | Płatki jęczmienne na mleku got. | | | | | | Selery | 20g | | | | 010981 | Płatki jęczmienne na mleku got. | |
| | Mleko | 300 g | | | | | Pietruszka | 20g | | | | | Mleko | 300 g |
| | Płatki jęczmienne | 30 g | | | | | S ó l | 10g | | | | | Płatki jęczmienne | 30 g |
| | | | | | | | Jarzyńka | 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 | | | | | | |
| | | | | | | 09167 | Bukiet warzyw z wody got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Bukiet warzyw | 150g | | | | | | |
| | | | | | | | Margaryna zw. | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Bułka tarta | 5g | | | | | | |
| | | | | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Jabłka | 80g | | | | | | |
| | | | | | | | Cukier | 20g | | | | | | |
| | Wartość kaloryczna | 747 [kcal] | | Wartość kaloryczna | [kcal] | | Wartość kaloryczna | 979 [kcal] | | Wartość kaloryczna: | 70 [kcal] | | Wartość kaloryczna: | 751 [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] |
| 10656.00 | 2543.00 | 32.39 | 13.59 | 421.24 | 129.53 | 101.59 | 15.49 | 914.90 | 64.60 | 206.40 |

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

.....

.....

.....

.....

.....