



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|--------------------------------|--------------------------|-------|---------------------------------|---------------------------|--------|--------------------------------|--------------------------|-------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 08064 | Twaróg z ml.mp | | 01180 | Brokułowa lekk. got. | | 1339 | Szynka babuni | 60 g |
| | Ser twarog. | 50 g | | Brokuły | 100 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| | Mleko 2% | 20 g | | Mleko | 40 g | 17025 | Herbata, bułka, mr | |
| 1624 | Szynka kanapkowa | 40 g | | Ziemniaki | 150 g | | Herbata | 2 g |
| 17025 | Herbata, bułka, mr | | | Marchew | 50 g | | Cukier | 20 g |
| | Herbata | 2 g | | Pietruszka | 20 g | | Bułka 100g | 1 sz |
| | Cukier | 20 g | | Selery | 20 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Bułka 100g | 1 sz | | Mąka pszenna | 5 g | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | | Sól | 10 g | | | |
| 01073 | Manna na mleku got. | | | Jarzynka | 5 g | | | |
| | Mleko | 300 g | 02086 | Suflet dr. pieczony | | | | |
| | Kasza manna | 30 g | | Kurczak ćwiartka | 200 g | | | |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Marchew | 20 g | | | |
| 3634 | Salata ziel. | 10 g | | Pietruszka | 10 g | | | |
| | | | | Selery | 10 g | | | |
| | | | | Bułka tarta | 5 g | | | |
| | | | | Bułka 100g | 0,2 sz | | | |
| | | | | Jaja | 0,1 s | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 09120 | Sur. z marchewki i jabłka | | | | |
| | | | | Jabłka | 60 g | | | |
| | | | | Marchew | 150 g | | | |
| | | | | Śmietana 18% | 20 g | | | |
| | | | | Majonez | 20 g | | | |
| | | | | Cukier | 5 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jablek got. | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: 694 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 1188 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 379 [kcal] | | |
| 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] |
| 9461 | 2261 | 37.37 | 14.08 | 326.18 | 118.38 | 63.41 | 12.72 | 2402.15 | 48.52 | 321.40 |

| POSILEK | Występujące Alergeny |
|------------------|--|
| Śniadanie | Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten |
| Obiad | Jajka Mleko Seler Gluten |
| Kolacja | Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten |