



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|-----------|--------------------------|--------------------------------|--------|---------------------------|---------------------------------|---------|--------------------------|--------------------------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1345 | Kurczak faszerowany | 40 g | 0112 | Barszcz czerwony lekk.got | | 1333 | Ogonówka | 60 g |
| 08064 | Twaróg z ml.mp | | | Buraki | 100 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| | Ser twarog. | 50 g | | Marchew | 50 g | 17025 | Herbata,bulka,mr | |
| | Mleko 2% | 20 g | | Mleko | 40 g | | Herbata | 2 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Mąka pszenna | 5 g | | Cukier | 20 g |
| 1326 | Szpinak | 10 g | | Pietruszka | 20 g | | Bulka 100g | 1 sz |
| 17025 | Herbata,bulka,mr | | | Selery | 20 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Herbata | 2 g | | Ziemniaki | 150 g | | | |
| | Cukier | 20 g | | Sól | 10 g | | | |
| | Bulka 100g | 1 sz | | Jarzyńka | 2 g | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | 02021 | Gulasz wieprz.got. | | | | |
| 01073 | Manna na mleku got. | | | Łopatka wieprzowa | 100 g | | | |
| | Mleko | 300 g | | Margaryna | 5 g | | | |
| | Kasza manna | 30 g | | Mleko | 40 g | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 10 g | | | |
| | | | | Pietruszka | 20 g | | | |
| | | | | Selery | 20 g | | | |
| | | | | Marchew | 20 g | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 09022 | Fasolka szparagowa got. | | | | |
| | | | | Margaryna | 10 g | | | |
| | | | | Bulka tarta | 5 g | | | |
| | | | | Fasolka szparag. kons. | 150 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | |
| | | | | Jablka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | Wartość kaloryczna: 727 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 1085 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 384 [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] |
| 9186 | 2195 | 55.28 | 18.09 | 329.95 | 100.49 | 91.83 | 12.93 | 884.15 | 46.57 | 208.00 |

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