



| 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 | | | | 01149 | Żurek z jajkiem lekk.got | | 254 | Serek homogenizowany | 1sz | 1624 | Szynka kanapkowa | 40 g |
| 13103 | Herbata,bułka 5.masło | | | | | | Jaja | 0,5s | | | | 13103 | Herbata,bułka 5.masło | |
| | Herbata | 2 g | | | | | Marchew | 50g | | | | | Herbata | 2g |
| | Cukier | 20 g | | | | | Pietruszka | 20g | | | | | Cukier | 20g |
| | Bułka 50 g | 1 s | | | | | Selery | 20g | | | | | Bułka 50 g | 1sz |
| | Masło | 10 g | | | | | Mleko | 40g | | | | | Masło | 10g |
| 01098 | Płatki owsiane na mleku got. | | | | | | Mąka pszenna | 10g | | | | 01098 | Płatki owsiane na mleku got. | |
| | Mleko | 300 g | | | | | Ziemiaki | 150g | | | | | Mleko | 300g |
| | Płatki owsiane | 30 g | | | | | Barsz biały | 10g | | | | | Płatki owsiane | 30g |
| | | | | | | | S ó l | 10g | | | | | | |
| | | | | | | | Jarzyńka | 2g | | | | | | |
| | | | | | | 10111 | Risotto got. z mięsa i warzyw | | | | | | | |
| | | | | | | | Ryż | 80g | | | | | | |
| | | | | | | | Margaryna | 20g | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 80g | | | | | | |
| | | | | | | | Pietruszka | 40g | | | | | | |
| | | | | | | | Selery | 40g | | | | | | |
| | | | | | | | Łopatka wieprzowa | 50g | | | | | | |
| | | | | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Jabłka | 80g | | | | | | |
| | | | | | | | Cukier | 20g | | | | | | |
| | | | | | | 018 | Bułka 50 g | 1sz | | | | | | |
| | | | | | | 3809 | Jabłka | 200g | | | | | | |
| Wartość kaloryczna | | 749 [kcal] | Wartość kaloryczna | | [kcal] | Wartość kaloryczna | | 1333 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 750 [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] |
| 11850.00 | 2832.00 | 51.22 | 18.63 | 464.22 | 134.67 | 101.17 | 15.57 | 916.60 | 67.83 | 272.30 |

| POSIŁEK | Występujące Alergeny |
|--------------|--|
| Śniadanie | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |
| II Śniadanie | |
| Obiad | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |
| Podwieczorek | Jajka Mleko Sezam Orzechy Orzeszki Soja Gluten |
| Kolacja | Gorczyca Jajka Mleko Seler Soja Gluten |

.....

.....

.....

.....

.....