



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|--------------------------------|---------------------------------|-------|---------------------------------|---------------------------|--------|--------------------------------|--------------------------|-------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1342 | Mielonka wp | 40 g | 01037 | Jarzynowa got. | | 1339 | Szynka babuni | 60 g |
| 3802 | Dżem wiśniowy | 40 g | | Ziemniaki | 150 g | 3627 | Papryka św. | 50 g |
| 018 | Bułka 50 g | 1 sz | | Śmietana | 20 g | 17011 | Herbata, chleb, mr | |
| 0301 | Bułka słodka | 1 sz | | Kości | 50 g | | Herbata | 2 g |
| 22223 | Masło roślinne | 10 g | | Kapusta biała | 50 g | | Cukier | 20 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Marchew | 60 g | | Chleb krojony | 100 g |
| 1326 | Szpinak | 10 g | | Selery | 30 g | | Masło roślinne | 10 g |
| 17001 | Herbata got. | | | Pietruszka | 30 g | | | |
| | Cukier | 20 g | | Fasolka szparag. | 30 g | | | |
| | Herbata | 2 g | | Konc.pomidor.30% | 10 g | | | |
| 010981 | Płatki jęczmienne na mleku got. | | | Mąka pszenna | 10 g | | | |
| | Mleko | 300 g | | Sól | 10 g | | | |
| | Płatki jęczmienne | 30 g | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | | | 02131 | Makaron z sosem bolońskim | | | | |
| | | | | Makaron nitka | 100 g | | | |
| | | | | Łopatka wieprzowa | 80 g | | | |
| | | | | Marchew | 30 g | | | |
| | | | | Pomidory | 150 g | | | |
| | | | | Cebula | 20 g | | | |
| | | | | Konc.pomidor.30% | 20 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | |
| | | | | Jabłka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| | | | 0304 | Paluszki solone | 0,3 op | | | |
| Wartość kaloryczna: 940 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 1196 [kcal] | | | Wartość kaloryczna: 500 [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] |
| 11026 | 2635 | 47.48 | 15.97 | 403.15 | 108.51 | 92.93 | 16.11 | 1185.60 | 56.65 | 461.50 |

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