



| 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 |
| 11031 | Pasta z jajka i tuńczyka | | | Mleko | 300 g | 01180 | Brokułowa lekk. got. | | 16029 | Podwieczorek (pol.dr) | | 1315 | Kiełbasa szynkowa | 60 g |
| | Jaja | 1 s | | Płatki jęczmienne | 30 g | | Brokuły | 100g | | Polędwica drobiowa | 50g | 3635 | Salata lodowa | 50g |
| | Tuńczyk w sosie wł. | 30 g | | | | | Mleko | 40g | | Masło roślinne | 10g | 1710 | Herbata b/c, chleb, mr | |
| | Majonez | 20 g | | | | | Ziemniaki | 150g | | Chleb krojony | 50g | | Herbata | 2g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | | | | Marchew | 50g | | | | | Masło roślinne | 10g |
| 1327 | Roszponka | 10 g | | | | | Pietruszka | 20g | | | | | Chleb krojony | 100g |
| 1708 | Herbata b/c, chleb sł, mr | | | | | | Selery | 20g | | | | | | |
| | Herbata | 2 g | | | | 02086 | Mąka pszenna | 5g | | | | | | |
| | Chleb słonecznikowy | 100 g | | | | | Sól | 10g | | | | | | |
| | Masło roślinne | 10 g | | | | | Jarzynka | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Suflet dr. pieczony | | | | | | | |
| | | | | | | | Kurczak ówiarotka | 200g | | | | | | |
| | | | | | | | Marchew | 20g | | | | | | |
| | | | | | | | Pietruszka | 10g | | | | | | |
| | | | | | | | Selery | 10g | | | | | | |
| | | | | | | | Bułka tarta | 5g | | | | | | |
| | | | | | | | Bułka 100g | 0,2sz | | | | | | |
| | | | | | | | Jaja | 0,1s | | | | | | |
| | | | | | | 09141 | Ziemniaki got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Ziemniaki | 300g | | | | | | |
| | | | | | | | Mleko | 15g | | | | | | |
| | | | | | | 09143 | Buraki got.z jabłkami b/c | | | | | | | |
| | | | | | | | Jabłka | 40g | | | | | | |
| | | | | | | | Olej jadalny | 7g | | | | | | |
| | | | | | | | Buraki | 150g | | | | | | |
| | | | | | | 13219 | Kompot z jabłek b/c got. | | | | | | | |
| | | | | | | | Jabłka | 80g | | | | | | |
| Wartość kaloryczna | | 610 [kcal] | Wartość kaloryczna | | 266 [kcal] | Wartość kaloryczna | | 951 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 248 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 579 [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] |
| 11100.00 | 2650.00 | 61.30 | 15.83 | 324.90 | 44.26 | 85.06 | 16.02 | 2814.19 | 50.69 | 374.20 |

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

.....

.....

.....

.....

.....