



| 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      |
| 1336               | Szynka mielona            | 40 g       | 01098              | Płatki owsiane na mleku got. |            | 02109              | Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. |            | 16026               | Podwieczorek (sz)        |            | 1315                | Kielbasa szynkowa         | 60 g       |
| 3628               | Pomidory                  | 50 g       |                    | Mleko                        | 300 g      |                    | Groszek kons.                      | 20 g       |                     | Szynka gotowana          | 50 g       | 3635                | Salata lodowa             | 50 g       |
| 3634               | Salata ziel.              | 10 g       |                    | Płatki owsiane               | 30 g       |                    | Ziemniaki                          | 150 g      |                     | Masło roślinne           | 10 g       | 1708                | Herbata b/c, chleb sł, mr |            |
| 08064              | Twaróg z ml.mp            |            |                    |                              |            |                    | Mleko 2%                           | 40 g       |                     | Chleb krojony            | 50 g       |                     | Herbata                   | 2 g        |
|                    | Ser twarog.               | 50 g       |                    |                              |            |                    | Mąka pszenna                       | 10 g       |                     |                          |            |                     | Chleb słonecznikowy       | 100 g      |
|                    | Mleko 2%                  | 20 g       |                    |                              |            |                    | Marchew                            | 50 g       |                     |                          |            |                     | Masło roślinne            | 10 g       |
| 1708               | Herbata b/c, chleb sł, mr |            |                    |                              |            |                    | Selery                             | 20 g       |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    | Herbata                   | 2 g        |                    |                              |            | 06104              | Gulasz drobiowy got                |            |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    | Chleb słonecznikowy       | 100 g      |                    |                              |            |                    | Kurczak ćwiartka                   | 150 g      |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    | Masło roślinne            | 10 g       |                    |                              |            |                    | Mleko 2%                           | 40 g       |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Marchew                            | 20 g       |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Pietruszka                         | 20 g       |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Selery                             | 20 g       |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Margaryna zw.                      | 5 g        |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Mąka pszenna                       | 10 g       |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            | 09141              | Ziemniaki got.                     |            |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Ziemniaki                          | 300 g      |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Mleko                              | 15 g       |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            | 09145              | Salata z sosem sał.                |            |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Salata lodowa                      | 100 g      |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Olej jadalny                       | 7 g        |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Sos sałatkowy                      | 3 g        |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            | 13219              | Kompot z jabłek b/c got.           |            |                     |                          |            |                     |                           |            |
|                    |                           |            |                    |                              |            |                    | Jabłka                             | 80 g       |                     |                          |            |                     |                           |            |
| Wartość kaloryczna |                           | 443 [kcal] | Wartość kaloryczna |                              | 267 [kcal] | Wartość kaloryczna |                                    | 887 [kcal] | Wartość kaloryczna: |                          | 260 [kcal] | Wartość kaloryczna: |                           | 564 [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 ]      |
| 10130.00             | 2420.00  | 63.32    | 17.46                   | 308.10      | 45.17 | 89.35  | 15.94 | 1991.44 | 45.52   | 295.30      |

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

.....

.....

.....

.....

.....