



| 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 |
| 1624                          | Szynka kanapkowa         | 60 g  | 01073                         | Manna na mleku got.      |       | 02109                          | Ziemn. z ziel. groszkiem lekk.got. |                             | 16025                          | Podwieczorek(k.sz)       |       | 1324                           | Polewka wędz.            | 60 g  |
| 3628                          | Pomidory                 | 50 g  |                               | Mleko                    | 300 g |                                | Groszek kons.                      | 20 g                        |                                | Kielbasa szynkowa        | 50g   | 3635                           | Salata lodowa            | 50 g  |
| 1327                          | Roszpinka                | 10 g  |                               | Kasza manna              | 30 g  |                                | Ziemiaki                           | 150g                        |                                | Chleb krojony            | 50g   | 1708                           | Herbata b/c, chleb sł.mr |       |
| 1708                          | Herbata b/c, chleb sł.mr |       |                               |                          |       |                                | Mleko 2%                           | 40g                         |                                | Masło roślinne           | 10g   |                                | Herbata                  | 2g    |
|                               | Herbata                  | 2 g   |                               |                          |       |                                | Mąka pszenna                       | 10g                         |                                |                          |       |                                | Chleb słonecznikowy      | 100g  |
|                               | Chleb słonecznikowy      | 100 g |                               |                          |       |                                | Marchew                            | 50g                         |                                |                          |       |                                | Masło roślinne           | 10g   |
|                               | Masło roślinne           | 10 g  |                               |                          |       |                                | Selery                             | 20g                         |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | Pietruszka                         | 20g                         |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | Sól                                | 10g                         |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | Jarzyńka                           | 2g                          |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | 10123                              | Makaron nitki got. z mięsem |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | Makaron nitka                      | 100g                        |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | Marchew                            | 20g                         |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | Pietruszka                         | 20g                         |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | Selery                             | 20g                         |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | Margaryna zw.                      | 10g                         |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | Łopatką wieprzowa                  | 100g                        |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | 13219                              | Kompot z jabłek b/c got.    |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | Jabłka                             | 80g                         |                                |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | 021                                | Chleb krojony               | 50g                            |                          |       |                                |                          |       |
|                               |                          |       |                               |                          |       |                                | 0304                               | Paluszki solone             | 0,3op                          |                          |       |                                |                          |       |
| Wartość kaloryczna 399 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 260 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna 1141 [kcal] |                                    |                             | Wartość kaloryczna: 401 [kcal] |                          |       | Wartość kaloryczna: 400 [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 ]      |
| 10877.00             | 2600.00  | 66.75    | 19.77                   | 362.37      | 38.43 | 114.65 | 17.29 | 2153.70 | 53.71   | 336.50      |

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