



| ŚNIADANIE | | | OBIAD | | | KOLACJA | | |
|---------------------|---------------------------------|------------|---------------------|--------------------------|-------------|---------------------|--------------------------|------------|
| Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma | Indeks | NAZWA POTRAWY (PRODUKTU) | Norma |
| 1348 | Rolada schab. | 60 g | 01165 | Solferino got. | | 1332 | Kiełbasa wiejska | 80 g |
| 3633 | Rzodkiewka | 50 g | | Marchew | 50 g | 3627 | Papryka św. | 50 g |
| 1327 | Roszponka | 10 g | | Pietruszka | 20 g | 17011 | Herbata, chleb, mr | |
| 17011 | Herbata, chleb, mr | | | Selery | 20 g | | Herbata | 2 g |
| | Herbata | 2 g | | Konc. pomidor. 30% | 20 g | | Cukier | 20 g |
| | Cukier | 20 g | | Ziemniaki | 150 g | | Chleb krojony | 100 g |
| | Chleb krojony | 100 g | | Kości | 50 g | | Masło roślinne | 10 g |
| | Masło roślinne | 10 g | | Mąka pszenna | 10 g | | | |
| 010981 | Płatki jęczmienne na mleku got. | | | Śmietana 18% | 20 g | | | |
| | Mleko | 300 g | | S ó l | 10 g | | | |
| | Płatki jęczmienne | 30 g | | Jarzynka | 2 g | | | |
| | | | 02045 | Kotlet schabowy smażony | | | | |
| | | | | Smalec | 20 g | | | |
| | | | | Bułka tarta | 20 g | | | |
| | | | | Schab b/k | 100 g | | | |
| | | | | Jaja | 0,1 s | | | |
| | | | | Mąka pszenna | 10 g | | | |
| | | | 09141 | Ziemniaki got. | | | | |
| | | | | Ziemniaki | 300 g | | | |
| | | | | Mleko | 15 g | | | |
| | | | 09152 | Sur. z kap. pekińskiej | | | | |
| | | | | Kapusta pekińska | 200 g | | | |
| | | | | Olej jadalny | 10 g | | | |
| | | | | Papryka św. | 30 g | | | |
| | | | | Cebula | 20 g | | | |
| | | | 13220 | Kompot z jabłek got. | | | | |
| | | | | Jablka | 80 g | | | |
| | | | | Cukier | 20 g | | | |
| Wartość kaloryczna: | | 888 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 1276 [kcal] | Wartość kaloryczna: | | 748 [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] |
| 12184 | 2912 | 100.98 | 35.68 | 375.75 | 103.12 | 104.40 | 15.15 | 1259.40 | 51.71 | 351.90 |

| POSILEK | Występujące Alergeny |
|------------------|--|
| Śniadanie | Gorzycza Łubin Mleko Seler Soja Gluten |
| Obiad | Jajka Mleko Seler Gluten |
| Kolacja | Gorzycza Jajka Mleko Seler Soja Gluten |