



| 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. | | 0112 | Barszcz czerwony lekk.got | | 16025 | Podwieczorek(k.sz) | | 1324 | Polewka wędz. | 60 g |
| 3628 | Pomidory | 50 g | | Mleko | 300 g | | Buraki | 100 g | | Kielbasa szynkowa | 50 g | 3635 | Salata lodowa | 50 g |
| 1327 | Roszpinka | 10 g | | Kasza manna | 30 g | | Marchew | 50 g | | Chleb krojony | 50 g | 1708 | Herbata b/c,chleb sl,mr | |
| 1708 | Herbata b/c,chleb sl,mr | | | | | | Mleko | 40 g | | Masło roślinne | 10 g | | Herbata | 2 g |
| | Herbata | 2 g | | | | | Mąka pszenna | 5 g | | | | | Chleb słonecznikowy | 100 g |
| | Chleb słonecznikowy | 100 g | | | | | Pietruszka | 20 g | | | | | Masło roślinne | 10 g |
| | Masło roślinne | 10 g | | | | | Selery | 20 g | | | | | | |
| | | | | | | | Ziemniaki | 150 g | | | | | | |
| | | | | | | | Sól | 10 g | | | | | | |
| | | | | | | | Jarzynka | 2 g | | | | | | |
| | | | | | | | 10111 | Risotto got. z mięsa i warzyw | | | | | | |
| | | | | | | | | Ryż | 80 g | | | | | |
| | | | | | | | | Margaryna | 20 g | | | | | |
| | | | | | | | | Marchew | 80 g | | | | | |
| | | | | | | | | Pietruszka | 40 g | | | | | |
| | | | | | | | | Selery | 40 g | | | | | |
| | | | | | | | | Łopatką wieprzowa | 50 g | | | | | |
| | | | | | | | | 13219 | Kompot z jabłek b/c got. | | | | | |
| | | | | | | | | | Jabłka | 80 g | | | | |
| | | | | | | | | | 021 | Chleb krojony | 50 g | | | |
| | | | | | | | | | 3702 | Banany | 100 g | | | |
| Wartość kaloryczna 399 [kcal] | | | Wartość kaloryczna 260 [kcal] | | | Wartość kaloryczna 944 [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] | [mg] | [g] | [mg] | |
| 10053.00 | 2401.00 | 67.36 | 20.18 | 333.59 | 43.07 | 96.18 | 16.64 | 2145.45 | 40.74 | 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 |