

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
12.05.25 					

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
13. 05. 25 W T O R E K	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku (350 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Szczypiorek (10 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Serek homogenizowany naturalny (50 g) (MLE) Rzodkiewka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (350 ml) (MLE) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Kielki (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Serek homogenizowany naturalny (50 g) (MLE) Mus jagodowy (50 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Szczypiorek (10 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Serek homogenizowany naturalny (50 g) (MLE) Rzodkiewka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kasza jaglana na mleku (350 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Szczypiorek (10 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Serek homogenizowany naturalny (50 g) (MLE) Rzodkiewka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Chleb żytni razowy (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (5 g) Paszтет sojowy (30 g) (SOJ) Kielki (20 g)	Racuchy z jabłkiem (50g) (GLU, MLE, JAJ)
	Obiad	Zupa ogórkowa (350 ml) (SEL, MLE) Karkówka w sosie potrawkowym (150g) Ziemniaki gotowane (300g) Sałata z jogurtem (100 g) (MLE) Marchewka gotowana mini (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa koperkowa (350 ml) (SEL, MLE) Schab w sosie własnym (150g) Ziemniaki gotowane (300g) Sałata z jogurtem (100 g) (MLE) Marchewka gotowana mini (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ogórkowa (350 ml) (SEL, MLE) Schab w sosie własnym (150g) Ziemniaki gotowane (300g) Sałata z jogurtem (100 g) (MLE) Bukiet warzyw (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ogórkowa (350 ml) (SEL, MLE) Karkówka w sosie potrawkowym (150g) Ziemniaki gotowane (300g) Sałata z jogurtem (100 g) (MLE) Marchewka gotowana mini (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Pomarańcza (150 g)	Pomarańcza (150 g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Pasta z jaja (30g) (JAJ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Pomidor (100g)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Pomidor b/s (100g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Pasta z kurczaka (30g) (SOJ, SEL, GOR, SEZ, ORZ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Pasta z jaja (30g) (JAJ) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Pomidor (100g)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata rzymska (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Pasta z jaja (30g) (JAJ) Pomidor (100g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Galaretką agrestowa (200 g)	Galaretką agrestowa (200 g)	Jogurt naturalny z nasionami chia i musem porzeczkowym (150g) (MLE, SEZ, ORZ)	Galaretką agrestowa (200 g)
		Wartość energetyczna: 2007 kcal; Białko ogółem: 100 g; Tłuszcz: 58 g; Kw. tł. nasy.: 17 g; Węglowodany ogółem: 286 g; W tym cukry: 41 g; Błonnik pok.: 28 g; Sól: 7.78 g	Wartość energetyczna: 1887 kcal; Białko ogółem: 101 g; Tłuszcz: 46g; Kw. tł. nasy.: 15 g; Węglowodany ogółem: 273 g; W tym cukry: 43 g; Błonnik pok.: 26 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2226 kcal; Białko ogółem: 116 g; Tłuszcz: 73 g; Kw. tł. nasy.: 17 g; Węglowodany ogółem: 286 g; W tym cukry: 46 g; Błonnik pok.: 29 g; Sól: 7.71 g	Wartość energetyczna: 2080 kcal; Białko ogółem: 104 g; Tłuszcz: 61 g; Kw. tł. nasy.: 18 g; Węglowodany ogółem: 285 g; W tym cukry: 53 g; Błonnik pok.: 28 g; Sól: 7.88 g;

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
14. 05. 25 Ś R O D A	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (350 ml) (MLE, GLU, OW) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka z piersi indyka (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Ogórek konserwowy (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (350 ml) (MLE, GLU, OW) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka z piersi indyka (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Roszponka (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka z piersi indyka (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Płatki owsiane na mleku (350 ml) (MLE, GLU, OW) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka z piersi indyka (60 g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Ogórek konserwowy (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Jogurt naturalny (150g) (MLE) Orzechy włoskie (ORZ)	Jogurt owoce leśne (150g) (MLE) Płatki kukurydziane (10 g) (ORZ)
	Obiad	Zupa kapuśniak z białej kapusty (300 ml) (SEL) Pulpet wieprzowy (100 g) (GLU, PSZ, JAJ) Sos pomidorowo-paprykowy (50 ml) (GLU,PSZ, MLE) Makaron gotowany (200 g) (GLU, JAJ, PSZ) Surówka z selera i pora (100 g) (MLE, JAJ) Szpinak duszony (100 g) Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa z manny (300 ml) (SEL, GLU) Pulpet wieprzowy (100 g) (GLU,PSZ, JAJ) Sos pomidorowy (50 ml)(GLU,PSZ, MLE) Makaron gotowany (200 g) (GLU, JAJ, PSZ) Szpinak duszony (200 g) Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa kapuśniak z białej kapusty (300 ml) (SEL) Pulpet wieprzowy (100 g) (GLU,PSZ, JAJ) Sos pomidorowo-paprykowy(50 ml) (GLU PSZ, MLE) Makaron razowy (200 g) (GLU, JAJ, PSZ) Surówka z selera i pora (100 g) (MLE, JAJ) Szpinak duszony (100 g) Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa kapuśniak z białej kapusty (300 ml) (SEL) Pulpet wieprzowy (100 g) (GLU,PSZ, JAJ) Sos pomidorowo-paprykowy (50 ml) (GLU PSZ, MLE) Makaron gotowany (200 g) (GLU, JAJ, PSZ) Surówka z selera i pora (100 g) (MLE, JAJ) Szpinak duszony (100 g) Kompot owocowy b/c 250 ml
	PD			Jajko (½ szt) Chleb żytni razowy (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (5 g)	Banan (150 g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Schab pieczony (30 g) (SOJ, GOR, SEL) Szynka drobiowa (30 g) (SOJ, GOR, SEL) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Sałatka jarzynowa (150 g) (SEL,MLE, JAJ)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Mix sałat (20 g) Schab pieczony (30 g) (SOJ, GOR, SEL) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR, SEL) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Lekka sałatka jarzynowa na jogurcie (150g) (SEL,MLE, JAJ)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Schab pieczony (30 g) (SOJ, GOR, SEL) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR, SEL) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Sałatka jarzynowa (150 g) (SEL,MLE, JAJ)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Roszponka (20 g) Schab pieczony (30 g) (SOJ, GOR, SEL) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR, SEL) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Sałatka jarzynowa (150 g) (SEL,MLE, JAJ)
	PN	Chalka (50g) (GLU,JAJ) Kakao na mleku (150ml) (MLE)		Budyń czekoladowy b/c (200ml) (MLE)	Chalka (50g) (GLU,JAJ) Kakao na mleku (150ml) (MLE)
		Wartość energetyczna: 2303 kcal; Białko ogółem: 103 g; Tłuszcz: 85 g; Kw. tł. nasy.: 26 g; Węglowodany ogółem: 293 g; W tym cukry: 54 g; Błonnik pok.: 31 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2217 kcal; Białko ogółem: 106 g; Tłuszcz: 74 g; Kw. tł. nasy.: 25 g; Węglowodany ogółem: 289 g; W tym cukry: 56 g; Błonnik pok.: 28 g; Sól: 4.91 g;	Wartość energetyczna: 2533 kcal; Białko ogółem: 109 g; Tłuszcz: 99 g; Kw. tł. nasy.: 28 g; Węglowodany ogółem: 320 g; W tym cukry: 35 g; Błonnik pok.: 43 g; Sól: 9.00 g;	Wartość energetyczna: 2631 kcal; Białko ogółem: 110 g; Tłuszcz: 98 g; Kw. tł. nasy.: 33 g; Węglowodany ogółem: 336 g; W tym cukry: 85 g; Błonnik pok.: 32 g; Sól: 8.86 g;

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
15. 05. 25 C Z W A R T K	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku (350 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Twarożek ze szczypiorkiem (50 g) (MLE) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Pomidor (100 g)	Kasza kukurydziana na mleku (350 ml) (MLE) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Twarożek z koperkiem(50 g) (MLE) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Marchewka gotowana (100 g)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Twarożek ze szczypiorkiem (50 g) (MLE) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Pomidor (100 g)	Kasza kukurydziana na mleku (350 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Twarożek ze szczypiorkiem (50 g) (MLE) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Pomidor (100 g)
	II Śn			Koktajl mleczny z maliną b/c (150 ml) (MLE)	Ciastka owsiane (40 g) (GLU PSZ, SEZ, GLU OW)
	Obiad	Rosół z makaronem (350 ml) (SEL, JAJ, GLU) Kotlet z piersi kurczaka (150g) (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Rosół z makaronem (350 ml) (SEL, JAJ, GLU) Filet z kurczaka w sosie majerankowym (150g) (MLE) Ziemniaki gotowane (300 g) Buraczki gotowane (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Rosół z makaronem pełnoziarnistym (350 ml) (SEL, JAJ, GLU) Filet z kurczaka w sosie majerankowym (150g) (MLE) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) Brukselka z sezamem (100g) (SEZ) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Rosół z makaronem (350 ml) (SEL, JAJ, GLU) Kotlet z piersi kurczaka (150g) (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) Buraczki gotowane (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Kiwi (1szt)	Kiwi (1szt)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Salata rzymska (20 g) Szynka konserwowa wieprzowa (60 g) (SOJ, GOR, ML) Paprykarz z makreli (30 g) (RYB, SEL) Kalarepa (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Salata rzymska (20 g) Szynka konserwowa wieprzowa (60 g) (SOJ, GOR, ML) Pasta z tuńczyka (30 g) (RYB,SEL) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Pomidor b/s (100g)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Salata rzymska (20 g) Szynka konserwowa wieprzowa (60 g) (SOJ, GOR, ML) Paprykarz z makreli (30 g) (RYB, SEL) Kalarepa (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Salata rzymska (20 g) Szynka konserwowa wieprzowa (60 g) (SOJ, GOR, ML) Paprykarz z makreli (30 g) (RYB, SEL) Kalarepa (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Budyń waniliowy b/c (200ml) (MLE)		Budyń waniliowy b/c (200ml) (MLE)	Budyń waniliowy b/c (200ml) (MLE)
		Wartość energetyczna: 2554 kcal; Białko ogółem: 111 g; Tłuszcz: 87 g; Kw. tł. nasy.: 25 g; Węglowodany ogółem: 330 g; W tym cukry: 51 g; Błonnik pok.: 35 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2178 kcal; Białko ogółem: 108 g; Tłuszcz: 58 g; Kw. tł. nasy.: 17 g; Węglowodany ogółem: 302 g; W tym cukry: 48 g; Błonnik pok.: 20 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2598 kcal; Białko ogółem: 113 g; Tłuszcz: 87 g; Kw. tł. nasy.: 19 g; Węglowodany ogółem: 322 g; W tym cukry: 44 g; Błonnik pok.: 39 g; Sól: 7.03 g;	Wartość energetyczna: 2866 kcal; Białko ogółem: 114 g; Tłuszcz: 89 g; Kw. tł. nasy.: 25 g; Węglowodany ogółem: 363 g; W tym cukry: 59 g; Błonnik pok.: 34 g; Sól: 6.89 g;

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
16. 05. 25 P I A T K	Śniadanie	Zacierka na mleku (350 ml) (GLU, PSZ, JAJ, MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Naleśniki z dżemem brzoskwiowym niskosłodzonym(100 g) (MLE, GLU, JAJ) Mix sałat (20 g) Wędlina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Pasta z fasoli (30g) (SOJ, SEZ, GOR) Ogórek kiszony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Zacierka na mleku (350 ml) (GLU, PSZ, JAJ, MLE) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Serek wiejski z brzoskwinia (100g) (MLE) Mix sałat (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Szpinak baby (20g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Pasta z fasoli (30g) (SOJ, SEZ, GOR) Mix sałat (20 g) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Ogórek kiszony (100 g)	Zacierka na mleku (350 ml) (GLU, PSZ, JAJ, MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Naleśniki z dżemem brzoskwiowym niskosłodzonym(100 g) (MLE, GLU, JAJ) Mix sałat (20 g) Wędlina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Pasta z fasoli (30g) (SOJ, SEZ, GOR) Ogórek kiszony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Chleb żytni razowy (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (5 g) Twarożek z koperkiem (30 g) (M L E) Roszponka (10 g)	Herbatniki 30g (MLE, GLU, JAJ)
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem (350 ml) (SEL, MLE) Łosoś pieczony w sosie cytrynowym (150 g) (RYB) Ziemniaki gotowane (300 g) Sałata lodowa w sosie winegret (100g) (SEZ, GOR) Fasolka szparagowa (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa pomidorowa z ryżem (350 ml) (SEL, MLE) Łosoś pieczony w sosie cytrynowym (150 g) (RYB) Ziemniaki gotowane (200 g) Dynia duszona (100 g) Sałata lodowa z olejem i ziołami (100g) (SEZ, GOR) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym (350 ml) (SEL, MLE) Łosoś pieczony w sosie cytrynowym (150 g) (RYB) Ziemniaki gotowane (300g) Sałata lodowa w sosie winegret (100g) (SEZ, GOR) Fasolka szparagowa (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa pomidorowa z ryżem (350 ml) (SEL, MLE) Łosoś pieczony w sosie cytrynowym (150 g) (RYB) Ziemniaki gotowane (300 g) Sałata lodowa w sosie winegret (100g) (SEZ, GOR) Fasolka szparagowa (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Gruszka (150 g)	Gruszka (150 g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka drobiowa(60g) (SOJ, GOR) Ser żółty (30 g) (MLE) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka drobiowa(60g) (SOJ, GOR) Pasta z kurczaka i warzyw (30g) (SEL) Sałata karbowana (20g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka drobiowa(60g) (SOJ, GOR) Ser żółty (30 g) (MLE) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Szynka drobiowa(60g) (SOJ, GOR) Ser żółty (30 g) (MLE) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Koktajl na maślanec z jagodami b/c (150 ml) (MLE)		Koktajl na maślanec z jagodami b/c (150 ml) (MLE)	Koktajl na maślanec z jagodami b/c (150 ml) (MLE)
		Wartość energetyczna: 2366 kcal; Białko ogółem: 127 g; Tłuszcz: 73g; Kw. tł. nasy.: 17 g; Węglowodany ogółem: 310 g; W tym cukry: 62 g; Błonnik pok.: 23 g; Sól: 8.60 g	Wartość energetyczna: 2047 kcal; Białko ogółem: 110 g; Tłuszcz: 48 g; Kw. tł. nasy.: 14 g; Węglowodany ogółem: 305 g; W tym cukry: 71 g; Błonnik pok.: 23 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 2198 kcal; Białko ogółem: 115 g; Tłuszcz: 53 g; Kw. tł. nasy.: 14 g; Węglowodany ogółem: 302 g; W tym cukry: 39 g; Błonnik pok.: 30 g; Sól: 7.90 g	Wartość energetyczna: 2676 kcal; Białko ogółem: 135 g; Tłuszcz: 80 g; Kw. tł. nasy.: 21 g; Węglowodany ogółem: 361 g; W tym cukry: 103 g; Błonnik pok.: 26 g; Sól: 8.08 g;

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
17. 05. 25 S O B O T A	Śniadanie	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata lodowa (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Hummus (30g) (SEL,ORZ) Rzodkiewka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata lodowa (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Jabłko pieczone (150 g) Twarożek waniliowy (30g) (MLE) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata lodowa (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Hummus (30g) (SEL,ORZ) Rzodkiewka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kakao na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata lodowa (20 g) Połędwica sopocka (60 g) (SOJ, GOR) Hummus (30g) (SEL,ORZ) Rzodkiewka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Chleb żytni razowy (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (5 g) Pasta z pieczarek i słonecznika (30 g) (SOJ) Roszponka (20 g)	Bułka maślana (50g) (GLU, PSZ, JAJ, MLE)
	Obiad	Zupa fasolowa (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Makaron z serem i jogurtem (350 g) (GLU, JAJ, MLE) Mus truskawkowy (50 g) Surówka z marchwi z jogurtem (200 g) (MLE) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa ziemniaczana (350 ml) (SEL) Makaron z serem i jogurtem (350 g) (GLU, JAJ, MLE) Mus truskawkowy (50 g) Surówka z marchwi z jogurtem (200 g) (MLE) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa fasolowa (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Makaron razowy ze szpinakiem i serem twarogowym(350 g) (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi z jogurtem (200 g) (MLE) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa fasolowa (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Makaron z serem i jogurtem (350 g) (GLU, JAJ, MLE) Mus truskawkowy (50 g) Surówka z marchwi z jogurtem (200 g) (MLE) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Jabłko (150g)	Banan (150g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka wiejska (60g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Ćwikła z chrzanem (20 g) Pomidor (80g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka wiejska (60g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Pomidor b/s (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka wiejska (60g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Pomidor (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka wiejska (60g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Pomidor (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Kisiel pomarańczowy b/c(200 ml)		Kisiel pomarańczowy b/c(200 ml)	Kisiel pomarańczowy b/c(200 ml)
		Wartość energetyczna: 2645 kcal; Białko ogółem: 83 g; Tłuszcz: 88 g; Kw. tł. nasy.: 16 g; Węglowodany ogółem: 391 g; W tym cukry: 65 g; Błonnik pok.: 29 g; Sól: 6.20 g;	Wartość energetyczna: 2521 kcal; Białko ogółem: 82 g; Tłuszcz: 77 g; Kw. tł. nasy.: 17 g; Węglowodany ogółem: 382 g; W tym cukry: 84 g; Błonnik pok.: 23 g; Sól: 5.82 g;	Wartość energetyczna: 2055 kcal; Białko ogółem: 93 g; Tłuszcz: 56 g; Kw. tł. nasy.: 15 g; Węglowodany ogółem: 302 g; W tym cukry: 38 g; Błonnik pok.: 46 g; Sól: 6.30 g	Wartość energetyczna: 2836 kcal; Białko ogółem: 83g; Tłuszcz: 97 g; Kw. tł. nasy.: 20 g; Węglowodany ogółem: 418 g; W tym cukry: 80 g; Błonnik pok.: 30 g; Sól: 6.45 g;

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
18. 05. 25 N I E D Z I E L A	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Jajecznica (50 g) (JAJ) Mix sałat (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek zielony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kawa zbożowa na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Jajecznica na parze (50 g) (JAJ) Mix sałat (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Roszponka (20g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Jajecznica (50 g) (JAJ) Mix sałat (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek zielony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kawa zbożowa na mleku (250 ml) (MLE) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Jajecznica (50 g) (JAJ) Mix sałat (20 g) Szynka drobiowa (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek zielony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Kefir (150 ml) (MLE)	Owsianka z jabłkiem, miodem i orzechami (150g) (MLE, GLU, OW)
	Obiad	Barszcz czerwony (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Pieczeń drobiowa w sosie pietruszkowym(150 g) (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kasza bulgur (200 g) (GLU) Surówka z kiszzonej kapusty (100 g) Marchewka gotowana z groszkiem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE)	Barszcz czerwony (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Pieczeń drobiowa w sosie pietruszkowym(150 g) (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kasza kuskus (200 g) (GLU) Marchewka gotowana (200 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE)	Barszcz czerwony (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Pieczeń drobiowa w sosie pietruszkowym(150 g) (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kasza bulgur (200 g) (GLU) Surówka z kiszzonej kapusty (100 g) Groszek zielony gotowany (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Barszcz czerwony (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Pieczeń drobiowa w sosie pietruszkowym(150 g) (GLU, JAJ, MLE, SEL) Kasza bulgur (200 g) (GLU) Surówka z kiszzonej kapusty (100 g) Marchewka gotowana z groszkiem (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE)
	PD			Sok wielowarzywny (150ml)	Gruszka (150g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata (20 g) Szynka wiejska (60g) (SOJ, GOR) Papryka (80 g) Schab (30g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Sałatka ziemniaczana (100g) (MLE, SEZ, GOR, JAJ)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata (20 g) Szynka wiejska (60g) (SOJ, GOR) Schab (30g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Sałatka ziemniaczana L (100g) (MLE, SEZ, GOR, JAJ)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata (20 g) Szynka wiejska (60g) (SOJ, GOR) Papryka (80 g) Schab (30g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Sałatka ziemniaczana (100g) (MLE, SEZ, GOR, JAJ)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata (20 g) Szynka wiejska (60g) (SOJ, GOR) Papryka (80 g) Schab (30g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Sałatka ziemniaczana (100g) (MLE, SEZ, GOR, JAJ)
	PN	Serek wiejski (150g) (MLE) Wafle ryżowe (15g)		Serek wiejski (150g) (MLE) Orzechy (ORZ)	Pancakes z jogurtem (50g) (GLU, MLE, JAJ, ORZ)
		Wartość energetyczna: 2551.54 kcal; Białko ogółem: 125.31 g; Tłuszcz: 84.90 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 330.73 g; W tym cukry: 51.09 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2551.27 kcal; Białko ogółem: 114.94 g; Tłuszcz: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 11.78 g; Węglowodany ogółem: 349.72 g; W tym cukry: 55.63 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 7.52 g;	Wartość energetyczna: 2054.77 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 267.45 g; W tym cukry: 47.50 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sól: 5.38 g;	Wartość energetyczna: 2662.64 kcal; Białko ogółem: 128.60 g; Tłuszcz: 80.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.58 g; Węglowodany ogółem: 369.12 g; W tym cukry: 72.50 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 6.84 g;

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
19.05.25	Śniadanie	Kasza manna na mleku z syropem malinowym(350ml)(MLE, GLU) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Ser mozzarella (30 g) (MLE) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Pomidor (100 g) Kielki (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kasza manna na mleku z syropem malinowym (350ml)(MLE, GLU) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Twarożek (50 g) (MLE) Wędlina z indyka (40 g) (SOJ, GOR) Brzoskwinia w syropie krojona (50g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Kielki (20 g)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Ser mozzarella (30 g) (MLE) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Pomidor (100 g) Kielki (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Kasza manna na mleku z syropem malinowym(350ml)(MLE, GLU) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Ser mozzarella (30 g) (MLE) Wędlina z indyka (60 g) (SOJ, GOR) Pomidor (100 g) Kielki (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	II Śn			Chleb żytni razowy (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (5 g) Pasta z pieczonych warzyw (30 g) Roszponka (20 g)	Ciasteczka kruche 30g(MLE, GLU, JAJ)
	Obiad	Krupnik (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Kluski leniwe z masłem i bułeczką (150 g) (GLU, MLE, JAJ) Sos jogurtowo-cynamonowy (100ml) (ML) Jabłko pieczone (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Krupnik (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Kluski leniwe z masłem i bułeczką (150 g) (GLU, MLE, JAJ) Sos jogurtowo-cynamonowy (100ml) (ML) Jabłko pieczone (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Zupa kalafiorowa (350 ml) (SEL, MLE) Curry wegetariańskiej z ciecierzycy (150g)(SEL, MLE) Kasza gryczana (200g) Surówka z selera i pora (100 g)(MLE) Brokuły pieczone (100 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Krupnik (350 ml) (SEL, MLE, GLU) Kluski leniwe z masłem i bułeczką (150 g) (GLU, MLE, JAJ) Sos jogurtowo-cynamonowy (100ml) (ML) Jabłko pieczone (150 g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Sok pomidorowy (200ml)	Sok warzywno- owocowy (200ml)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata (20 g) Szynka drobiowa (60g) (SOJ, GOR) Ser żółty (30 g) (MLE) Ogórek kiszony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata (20 g) Szynka drobiowa (60g) (SOJ, GOR) Paszтет drobiowy, pieczony (30 g) (GOR, JAJ) Pomidor b/s (100g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata (20 g) Szynka drobiowa (60g) (SOJ, GOR) Ser żółty (30 g) (MLE) Ogórek kiszony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata (20 g) Szynka drobiowa (60g) (SOJ, GOR) Ser żółty (30 g) (MLE) Ogórek kiszony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Koktajl ananasowo-jogurtowy (150ml)(MLE)		Koktajl porzeczkowo-jogurtowy (150ml)(MLE)	Koktajl ananasowo-jogurtowy (150ml)(MLE)
		Wartość energetyczna: 2700 kcal; Białko ogółem: 149 g; Tłuszcz: 101 g; Kw. tł. nasy.: 25 g; Węglowodany ogółem: 294 g; W tym cukry: 61 g; Błonnik pok.: 21 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2333 kcal; Białko ogółem: 135 g; Tłuszcz: 79 g; Kw. tł. nasy.: 22 g; Węglowodany ogółem: 280 g; W tym cukry: 56 g; Błonnik pok.: 19 g; Sól: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 2636 kcal; Białko ogółem: 147 g; Tłuszcz: 99 g; Kw. tł. nasy.: 23 g; Węglowodany ogółem: 294 g; W tym cukry: 43 g; Błonnik pok.: 28 g; Sól: 6.39 g	Wartość energetyczna: 2655kcal; Białko ogółem: 133 g; Tłuszcz: 79 g; Kw. tł. nasy.: 21 g; Węglowodany ogółem: 355 g; W tym cukry: 102 g; Błonnik pok.: 25 g; Sól: 7.03 g;

		Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta podstawowa (dzieci)
20. 05. 25 W T O R E K	Śniadanie	Zacierka na mleku (350 ml) (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Musztarda (20g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek zielony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Zacierka na mleku (350 ml) (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Roszponka (20 g) Ketchup (20g) (SEL, GLU) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek zielony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Musztarda (20g) (GOR, SEZ, SOJ, ORZ)	Zacierka na mleku (350 ml) (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Sałata masłowa (20 g) Gotowana parówka z kurczaka 2 szt. (100 g) (SOJ, GOR) Szynka wiejska (60 g) (SOJ, GOR) Ogórek zielony (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml) Ketchup (20g) (SEL, GLU)
	II Śn			Koktajl porzeczkowy na jogurcie naturalnym b/c(200ml)(MLE)	Krakersy (40g)(MLE, GLU, JAJ, SEZ)
	Obiad	Barszcz biały (350 ml) (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Bitka z piersi indyka z cebulą (150 g) (GLU, PSZ, GOR) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Solferino (350 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL) Filet z indyka pieczony w sosie własnym (150 g) (GLU, PSZ, GOR) Ziemniaki gotowane (300 g) Bukiet warzyw gotowanych (200g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Solferino (350 ml) (GLU PSZ, MLE, SEL) Filet z indyka pieczony w sosie własnym (150 g) (GLU, PSZ, GOR) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)	Barszcz biały (350 ml) (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GLU ŻYT) Bitka z piersi indyka z cebulą (150 g) (GLU, PSZ, GOR) Ziemniaki gotowane (300 g) Surówka z kapusty pekińskiej (100 g) (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (100g) Kompot owocowy b/c (250 ml)
	PD			Sok wielowarzywny (200ml)	Mandarynka (150 g)
	Kolacja	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Omlet ze szczypiorkiem (100 g)(JAJ) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Omlet na parze (100 g)(JAJ) Sałata lodowa (20 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb razowy żytni (90 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Omlet ze szczypiorkiem (100 g)(JAJ) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)	Chleb pszenny (60 g) (GLU) Chleb razowy żytni (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (15 g) Rukola (20 g) Szynka z piersi kurczaka (60 g) (SOJ, GOR) Omlet ze szczypiorkiem (100 g)(JAJ) Papryka (100 g) Herbata czarna, napar bez cukru (250 ml)
	PN	Galaretką wiśniową (200 g)		Chleb żytni razowy (30 g) (GLU) Margaryna śniadaniowa (5 g) Ser żółty (30 g) (MLE) Sałata (20 g)	Galaretką wiśniową (200 g)
		Wartość energetyczna: 2485 kcal; Białko ogółem: 105 g; Tłuszcz: 72 g; Węglowodany ogółem: 368 g; w tym cukry: 50 g; Kw. tł. nas.: 22 g; Błonnik pok: 44 g; Sól: 5,9 g	Wartość energetyczna: 2237 kcal; Białko ogółem: 139 g; Tłuszcz: 81 g; Węglowodany ogółem: 305 g; w tym cukry: 44 g; Kw. tł. nas.: 25 g; Błonnik pok: 30 g; Sól: 5,30 g	Wartość energetyczna: 2638 kcal; Białko ogółem: 138 g; Tłuszcz: 97 g; Węglowodany ogółem: 317 g; w tym cukry: 49 g; Kw. tł. nas.: 25 g; Błonnik pok: 36 g; Sól: 6,10 g	Wartość energetyczna: 2811 kcal; Białko ogółem: 120 g; Tłuszcz: 84 g; Węglowodany ogółem: 420 g; w tym cukry: 58 g; Kw. tł. nas.: 27 g; Błonnik pok: 46 g; Sól: 5,0 g

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp.
1169/2011[kcal], Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp.
1169/2011, Tłuszcz - Tłuszcz, Węglowodany ogółem -
Węglowodany ogółem, Sól - Sól, K - Potas, Kw. tł. nasy. -
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem, Błonnik pok. - Błonnik
pokarmowy, - % energii z białka, Ener. z T - % energii z
tłuszczu, - % energii z węglowodanów, Ener. z Bł. - %
energii z błonnika, W tym cukry - w tym cukry, WW - WW,

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),

SKO - Skorupiaki i pochodne, **JAJ** - Jaja i pochodne, **RYB** - Ryby i pochodne, **OZI**

- Orzeszki ziemne, arachidowe, **SOJ** - Soja i pochodne, **MLE** - Mleko i pochodne,

ORZ - Orzechy i pochodne, **SEL** - Seler i pochodne, **GOR** - Gorczyca i pochodne,

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne, **S02** - Dwutlenek siarki i siarczany, **ŁUB** -

Łubin i pochodne, **MIĘ** - Mięczaki i pochodne,

