

JADŁOSPIS 23.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-23 sobota	Śniadanie	Kakao/p ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ser kremowy topiony z ziołami 22,5g trójkąt 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Parówki hot dog-kielbasa drobiowo-wieprzowa homogenizowana wędzona parzona w osłonce niejadalnej nv 135 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, GOR,</b> ) Ketchup 20 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kakao/p 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Serek a`la homogenizowany z ziołami 50 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kakao/p b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Serek a`la homogenizowany z ziołami 50 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Podpłomyki b/c 25 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 500 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Bigos 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 500 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem brązowym* 500 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE,</b> )
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g ( <b>SEL,</b> ) Pieczeń wiedeńska- dr.- wp. z dodatkiem b. wołowego średnio rozdrobniony pieczony 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 50 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g ( <b>SEL,</b> ) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
PN	Mandarynka 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2378.99 kcal; Białko ogółem: 73.54 g; Tłuszcz: 103.87 g; Kw. tł. nasy.: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 295.45 g; W tym cukry: 42.74 g; Błonnik pok.: 32.40 g; Sól: 13.04 g; WW: 26.29 Por;	Wartość energetyczna: 2117.76 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 323.25 g; W tym cukry: 70.93 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 7.01 g; WW: 29.86 Por;	Wartość energetyczna: 2237.56 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 312.84 g; W tym cukry: 47.63 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sól: 9.19 g; WW: 27.61 Por;	

JADŁOSPIS 24.03.2024r.

Dieta.Podstawowa		Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa	
2024-03-24 niedziela	Sniadanie	<p>kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<b>MLE,</b>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b>) Chleb Graham 40 g (<b>GLU PSZ,</b>) Masło 83% tł. 15 g (<b>MLE,</b>) sałatka z warzyw korzennych z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<b>SEL,</b>) Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 40 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml kasza kukurydziana na ml/p 300 ml (<b>MLE,</b>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ,</b>) Masło 83% tł. 15 g (<b>MLE,</b>) Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 40 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b>) sałatka z warzyw korzennych z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<b>SEL,</b>) Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kakao/p b/c 250 ml (<b>MLE,</b>) Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ,</b>) Masło 83% tł. 15 g (<b>MLE,</b>) Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 40 g (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b>) sałatka z warzyw korzennych z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<b>SEL,</b>) Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN			Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	<p>Rosół z makaronem * 500 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>) Ćwiartka z kurczaka pieczona 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem * 500 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>) Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem pełnoziarnistym * 500 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>) Ćwiartka z kurczaka gotowana 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b>) Chleb Graham 40 g (<b>GLU PSZ,</b>) Masło 83% tł. 15 g (<b>MLE,</b>) Ser wędzony 50 g (<b>MLE,</b>) Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewająca, wędzona. 30 g (<b>SOJ, SEL, GOR,</b>) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ,</b>) Masło 83% tł. 15 g (<b>MLE,</b>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</b>) Twaróg półtłusty 50 g (<b>MLE,</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ,</b>) Masło 83% tł. 15 g (<b>MLE,</b>) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g (<b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</b>) Ser wędzony 50 g (<b>MLE,</b>) Papryka konserwowa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g</p>
	PN	Banan 1szt. 1 szt		<p>Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ,</b>) Masło 83% tł. 5 g (<b>MLE,</b>) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 15 g (<b>SOJ,</b>) Sałata zielona 5 g</p>
	<p>Wartość energetyczna: 2782.72 kcal; Białko ogółem: 126.94 g; Tłuszcz: 101.12 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 347.78 g; W tym cukry: 89.26 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sól: 9.07 g; WW: 31.80 Por;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2611.42 kcal; Białko ogółem: 124.36 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 360.27 g; W tym cukry: 95.18 g; Błonnik pok.: 25.58 g; Sól: 6.79 g; WW: 33.63 Por;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2570.23 kcal; Białko ogółem: 133.52 g; Tłuszcz: 99.82 g; Kw. tł. nasy.: 36.19 g; Węglowodany ogółem: 290.74 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 34.59 g; Sól: 9.56 g; WW: 25.80 Por;</p>	

JADŁOSPIS 25.03.2024r.

Dieta. Podstawowa		Dieta. Łatwo strawna	Dieta.Cukrzycowa	
2024-03-25 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Serek wiejski ziarnisty 80 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Serek wiejski ziarnisty 80 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Serek wiejski ziarnisty 80 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	II ŚN		Maślanka 150 ml ( <b>MLE,</b> )	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami (*) 500 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kopytka z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Sos pieczarkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Surówka żydowska z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino * () 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kopytka z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami (*) 500 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kopytka z serem z mąką żytnią 300 g ( <b>JAJ, MLE, GLU ŻYT,</b> ) Sos pieczarkowy * 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Surówka żydowska z olejem () 100 g Marchew gotowana z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD		Gruszka 1szt. 150 g	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka jarzynowa z wędliną dr/wp- dieta* 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Ogórek kiszony 80 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka jarzynowa z wędliną dr/wp- dieta* 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka jarzynowa z wędliną dr/wp- dieta* 100 g ( <b>SOJ, MLE, SEL,</b> ) Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Ogórek kiszony 80 g
	PN	Drożdżówka mini 50g	50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 15 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2446.72 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 77.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 366.12 g; W tym cukry: 53.22 g; Błonnik pok.: 36.34 g; Sól: 10.41 g; WW: 33.02 Por;	Wartość energetyczna: 2293.83 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 358.03 g; W tym cukry: 61.45 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sól: 7.48 g; WW: 33.51 Por;	Wartość energetyczna: 2514.75 kcal; Białko ogółem: 100.28 g; Tłuszcz: 83.02 g; Kw. tł. nasy.: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 366.47 g; W tym cukry: 51.70 g; Błonnik pok.: 47.86 g; Sól: 11.06 g; WW: 31.93 Por;

JADŁOSPIS 26.03.2024r.

		Dieta.Podstawowa	Dieta.Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-26 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> )
	II ŚN			Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 20 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 5 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 500 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR,</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE,</b> ) Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami * () 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z marchwi i selera z olejem () 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 500 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR,</b> ) Pieczeń rzymska drobiowa 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Sos ziołowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z marchwi i selera z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL,</b> ) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta mięsno-warzywna,z mięsa drobiowego udziec () 80 g ( <b>SEL,</b> ) Filet złocisty-produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2290.95 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 69.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 337.73 g; W tym cukry: 59.20 g; Błonnik pok.: 38.26 g; Sól: 9.61 g; WW: 30.05 Por;	Wartość energetyczna: 2281.87 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 352.47 g; W tym cukry: 66.47 g; Błonnik pok.: 34.25 g; Sól: 6.55 g; WW: 31.94 Por;	Wartość energetyczna: 2417.99 kcal; Białko ogółem: 112.06 g; Tłuszcz: 76.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 339.26 g; W tym cukry: 33.57 g; Błonnik pok.: 45.22 g; Sól: 10.25 g; WW: 29.57 Por;

JADŁOSPIS 27.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-27 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Ser wędzony 30 g ( <b>MLE,</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa z mlekiem instant/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</b> ) Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego 50 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa z mlekiem instant/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wieprzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 30 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ,</b> ) Ser wędzony 50 g ( <b>MLE,</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	II ŚN			Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )
	Obiad	Grycikowa * 500 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Eskalopka z kurczaka 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grycikowa * 500 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Dynia duszona z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Grycikowa * 500 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Filet z kurczaka gotowany 80 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 250 g Sos bazyliowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Chrupki kukurydziane 20 g
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
PN		Mandarynka 100 g	Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 15 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 5 g	
	Wartość energetyczna: 2105.38 kcal; Białko ogółem: 74.45 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 23.49 g; Węglowodany ogółem: 302.06 g; W tym cukry: 60.03 g; Błonnik pok.: 24.59 g; Sól: 10.86 g; WW: 27.72 Por;	Wartość energetyczna: 1992.58 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 44.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 321.01 g; W tym cukry: 69.78 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 6.94 g; WW: 29.87 Por;	Wartość energetyczna: 2137.86 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 60.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 303.37 g; W tym cukry: 17.28 g; Błonnik pok.: 30.91 g; Sól: 11.85 g; WW: 27.25 Por;	

JADŁOSPIS 28.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-28 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Kakao z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE,</b> )	Kakao z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 30 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE,</b> )
	II ŚN			Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatką 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron pełnoziarnisty z sosem mięsno-warzywnym, z mięsa wieprzowego () 300 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Brokuł gotowany* 100 g Surówka Colesław b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Papryka konserwowa 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Papryka konserwowa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2270.26 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; W tym cukry: 90.86 g; Błonnik pok.: 37.41 g; Sól: 8.43 g; WW: 30.04 Por;	Wartość energetyczna: 2180.72 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 338.49 g; W tym cukry: 90.03 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 7.17 g; WW: 31.28 Por;	Wartość energetyczna: 2119.55 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 299.93 g; W tym cukry: 52.08 g; Błonnik pok.: 39.74 g; Sól: 7.80 g; WW: 26.23 Por;	

JADŁOSPIS 29.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-29 piątek	Sniadanie	Zacierka na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 30 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Zacierka na mleku/p 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek wiejski ziarnisty 50 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 500 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Ryba smażona (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku () 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa* 500 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Warzywa po grecku () 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem brązowym * 500 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Pulpet rybny (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Warzywa po grecku () b/c 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajecznica (z 2 jajek) kl M 100 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Ser kremowy topiony z ziołami 22,5g trójkąt 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajecznica (z 2 jajek) kl M 100 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajecznica (z 2 jajek) kl M 100 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN		Rogal maślany 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> )	Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2560.70 kcal; Białko ogółem: 101.95 g; Tłuszcz: 84.50 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 362.96 g; W tym cukry: 71.02 g; Błonnik pok.: 28.85 g; Sól: 7.76 g; WW: 33.34 Por;	Wartość energetyczna: 2521.45 kcal; Białko ogółem: 101.13 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; Węglowodany ogółem: 388.03 g; W tym cukry: 79.52 g; Błonnik pok.: 24.60 g; Sól: 6.08 g; WW: 36.39 Por;	Wartość energetyczna: 2223.45 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 78.11 g; Kw. tł. nasy.: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 295.80 g; W tym cukry: 39.61 g; Błonnik pok.: 37.75 g; Sól: 8.80 g; WW: 25.87 Por;

JADŁOSPIS 30.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-30 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Twarożek z koperkiem 30 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twarożek z koperkiem 30 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> )
	II ŚN			Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * () 500 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Surówka z marchwi z olejem () 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 40 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami () 80 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 15 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2122.77 kcal; Białko ogółem: 71.83 g; Tłuszcz: 66.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.02 g; Węglowodany ogółem: 326.45 g; W tym cukry: 55.72 g; Błonnik pok.: 36.78 g; Sól: 9.58 g; WW: 29.01 Por;	Wartość energetyczna: 2245.86 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 361.96 g; W tym cukry: 65.51 g; Błonnik pok.: 36.98 g; Sól: 4.81 g; WW: 32.66 Por;	Wartość energetyczna: 2237.46 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 66.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 344.22 g; W tym cukry: 31.88 g; Błonnik pok.: 41.94 g; Sól: 9.60 g; WW: 30.34 Por;



## **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
ORZ - Orzechy:  
włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

## **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,