

JADŁOSPIS 16.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-16 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> ) 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 140 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> ) Pasta warzywna* 50 g ( <b>SEL,</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 Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta warzywna* 50 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p b/c 250 ml ( <b>MLE,</b> )
	II ŚN			Wafle ryżowe 30 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * () 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL,</b> ) Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g	Koperkowa z ziemniakami (*) 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Potrawka drobiowa () 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryż na sypko 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami * () 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b>SEL,</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Surówka z selera z jogurtem () 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) 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> ) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, S02,</b> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <b>SEL,</b> ) Ogórek kiszony 100 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 Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, S02,</b> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka Michałowej wieprzowa wędz parzona z dod wody 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GOR, S02,</b> ) Galaretką drobiowa z udźca kurczaka* 100 g ( <b>SEL,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ogórek kiszony 100 g
	PN	Mandarynka 1 szt		Chleb Graham 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) Polędwica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 15 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2412.27 kcal; Białko ogółem: 87.71 g; Tłuszcz: 89.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 323.99 g; W tym cukry: 71.98 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sól: 13.43 g; WW: 29.27 Por;	Wartość energetyczna: 2137.51 kcal; Białko ogółem: 78.90 g; Tłuszcz: 59.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.06 g; Węglowodany ogółem: 336.24 g; W tym cukry: 72.97 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sól: 6.63 g; WW: 31.03 Por;	Wartość energetyczna: 2223.01 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz: 66.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 338.21 g; W tym cukry: 49.78 g; Błonnik pok.: 49.32 g; Sól: 11.34 g; WW: 28.89 Por;

JADŁOSPIS 17.03.2024 r.

Dieta. Podstawowa		Dieta. Łatwo strawna		Dieta. Cukrzycowa	
2024-03-17 niedziela	Śniadanie	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> ) Połowdica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Pasta warzywna* 50 g ( <b>SEL,</b> ) Papryka konserwowa 50 g Sałata zielona 10 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> ) Połowdica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Pasta warzywna* 50 g ( <b>SEL,</b> ) kasza kukurydziana na ml/p 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połowdica Miodowa, wyrób dr. z dodatkiem białka wp, z poł. kawałków mięsa, w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</b> ) Pasta warzywna* 50 g ( <b>SEL,</b> ) Papryka konserwowa 50 g Sałata zielona 10 g	
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Kapusta zasmażana 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem * 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym* 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 250 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kapusta zasmażana 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) 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> ) Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <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> ) Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	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> ) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE,</b> ) Szyunka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 20 g	
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) Szyunka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 15 g ( <b>SOJ,</b> ) Sałata zielona 5 g		
	Wartość energetyczna: 2163.32 kcal; Białko ogółem: 99.56 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 331.23 g; W tym cukry: 58.99 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sól: 7.82 g; WW: 30.49 Por;	Wartość energetyczna: 2178.40 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 51.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 333.64 g; W tym cukry: 57.71 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 6.46 g; WW: 31.55 Por;	Wartość energetyczna: 2119.28 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 60.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 308.90 g; W tym cukry: 36.73 g; Błonnik pok.: 37.45 g; Sól: 8.10 g; WW: 27.33 Por;		

JADŁOSPIS 18.03.2024 r.

Dieta. Podstawowa		Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa	
2024-03-18 poniedziałek	Śniadanie	<p>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>)                      Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<b>SOJ,</b>)                      Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<b>SEL,</b>)                      Kakao/p 250 ml (<b>MLE,</b>)                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 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>)                      Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<b>SOJ,</b>)                      Pomidor 80 g                      Kakao/p 250 ml (<b>MLE,</b>)                      Sałata zielona 20 g</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ,</b>)                      Masło 83% tł. 15 g (<b>MLE,</b>)                      Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<b>SOJ,</b>)                      Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec () 80 g (<b>SEL,</b>)                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Pomidor 80 g                      Sałata zielona 20 g</p>
	II ŚN		Mandarynka 2 szt	
	Obiad	<p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                      Fasolowa z ziemniakami (*) 500 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>)                      Pierogi ukraińskie () 300 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b>)                      Surówka z marchwi z olejem () 100 g</p>	<p>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                      Dyniowa z ziemniakami* () 500 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b>)                      Pierogi z twarogiem 300 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b>)                      Surówka z marchwi z olejem () 100 g</p>	<p>Fasolowa z ziemniakami (*) 500 ml (<b>GLU PSZ, SEL,</b>)                      Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (<b>GLU PSZ, MLE,</b>)                      Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml</p>
	PD		Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	<p>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>)                      Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ,</b>)                      Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g                      Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      Ogórek kiszony 90 g                      Roszponka 10 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ,</b>)                      Masło 83% tł. 15 g (<b>MLE,</b>)                      Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ,</b>)                      Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g                      Pomidor 90 g                      Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml                      Roszponka 10 g</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ,</b>)                      Masło 83% tł. 15 g (<b>MLE,</b>)                      Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g                      Jajko gotowane kl M 1 szt (<b>JAJ,</b>)                      Ogórek kiszony 90 g                      Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                      Roszponka 10 g</p>
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	<p>Chleb Graham 50 g (<b>GLU PSZ,</b>)                      Masło 83% tł. 5 g (<b>MLE,</b>)                      Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 15 g (<b>SOJ,</b>)                      Sałata zielona 5 g</p>	
	<p>Wartość energetyczna: 2437.78 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 368.91 g; W tym cukry: 54.95 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sól: 8.33 g; WW: 33.21 Por;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2427.70 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 71.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 363.20 g; W tym cukry: 77.40 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 5.52 g; WW: 33.95 Por;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2154.75 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 59.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 327.54 g; W tym cukry: 32.67 g; Błonnik pok.: 43.46 g; Sól: 8.35 g; WW: 28.45 Por;</p>	

JADŁOSPIS 19.01.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-19 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> ) Serek Fromage 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g ( <b>SOJ,</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> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 g ( <b>SOJ,</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> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka z indykiem drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa parzona 30 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			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami (*) 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Kasza gryczana 250 g Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Buraczki gotowane () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (*) 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Brokułowa z ziemniakami (*) 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Szynka wieprzowa pieczona 80 g Kasza gryczana 250 g Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem () 100 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos własny () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )
	PD			Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Chleb Graham 60 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> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL,</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta warzywna* 80 g ( <b>SEL,</b> ) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Sok przecierowy Kubuś 0,3L 1 szt		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: 2507.05 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 85.57 g; Kw. tł. nasy.: 48.20 g; Węglowodany ogółem: 349.15 g; W tym cukry: 83.79 g; Błonnik pok.: 37.78 g; Sól: 8.67 g; WW: 31.23 Por;	Wartość energetyczna: 2236.43 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 58.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 355.03 g; W tym cukry: 86.41 g; Błonnik pok.: 37.53 g; Sól: 6.53 g; WW: 31.94 Por;	Wartość energetyczna: 2399.56 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 70.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 357.87 g; W tym cukry: 42.60 g; Błonnik pok.: 47.38 g; Sól: 8.19 g; WW: 31.17 Por;	

JADŁOSPIS 20.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-20 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> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB,</b> ) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</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> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB,</b> ) Szynka Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p 250 ml ( <b>MLE,</b> )	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 Królewiecka- kielbasa wieprzowo drobiowa. średnio rozdrobniona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny () 80 g ( <b>RYB,</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN			Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 20 g
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE,</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem* dieta 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Marchew oprószana z olejem* 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym * 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pulpet drobiowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Ziemniaki gotowane () 200 g Sos pietruszkowy* 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Surówka z marchwi i jabłka () 100 g ( <b>MLE,</b> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <b>JAJ, GOR,</b> ) 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> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Jajecznica (z 2 jajek) kl M 100 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Papryka konserwowa 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> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Jajecznica (z 2 jajek) kl M 100 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt		Gruszka 1szt. 150 g
		Wartość energetyczna: 2286.06 kcal; Białko ogółem: 86.21 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.67 g; Węglowodany ogółem: 339.29 g; W tym cukry: 95.29 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sól: 7.52 g; WW: 30.56 Por;	Wartość energetyczna: 2302.10 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 351.34 g; W tym cukry: 95.18 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sól: 6.41 g; WW: 32.65 Por;	Wartość energetyczna: 2399.89 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 85.65 g; Kw. tł. nasy.: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 322.67 g; W tym cukry: 59.71 g; Błonnik pok.: 39.93 g; Sól: 8.23 g; WW: 28.27 Por;

JADŁOSPIS 21.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-21 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> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <b>SEL,</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</b> ) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <b>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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g ( <b>SOJ, MLE, GLU OW,</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <b>SEL,</b> ) Papryka konserwowa 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami ( ) * 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* ( ) 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ,</b> ) Sałatka szwedzka ( ) 100 g ( <b>GOR,</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* ( ) 300 g ( <b>SEL, GLU JĘCZ,</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami ( ) * 500 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* ( ) 300 g ( <b>SEL,</b> ) Sałatka szwedzka ( ) 100 g ( <b>GOR,</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 2% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
	Kolacja	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> ) 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 ( ) 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Sałata zielona 20 g	Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL,</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> ) 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> ) Sałata zielona 20 g	Sałatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL,</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> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata zielona 20 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2055.37 kcal; Białko ogółem: 75.33 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 300.59 g; W tym cukry: 53.82 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sól: 9.89 g; WW: 26.60 Por;	Wartość energetyczna: 2106.51 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 65.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 315.54 g; W tym cukry: 58.35 g; Błonnik pok.: 29.48 g; Sól: 6.94 g; WW: 28.68 Por;	Wartość energetyczna: 1938.93 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 276.26 g; W tym cukry: 20.90 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sól: 8.87 g; WW: 24.21 Por;

JADŁOSPIS 22.03.2024 r.

		Dieta. Podstawowa	Dieta. Łatwo strawna	Dieta. Cukrzycowa
2024-03-22 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> ) 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 ( ) 50 g ( <b>SEL,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</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> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <b>SEL,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 300 ml ( <b>MLE, GLU OW,</b> )	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg półtłusty 30 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 50 g ( <b>SEL,</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II SN			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Kotlet z ryby (Morszczuk) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL,</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 500 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g ( <b>RYB,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 250 g ( <b>GLU JĘCZ,</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL,</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 200 ml
	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 jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 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> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN		Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło 83% tł. 5 g ( <b>MLE,</b> ) Serek Fromage 15 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Sałata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2488.15 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 85.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 346.71 g; W tym cukry: 59.60 g; Błonnik pok.: 31.26 g; Sól: 8.66 g; WW: 31.49 Por;	Wartość energetyczna: 2403.36 kcal; Białko ogółem: 110.25 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.78 g; Węglowodany ogółem: 330.16 g; W tym cukry: 61.19 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 6.34 g; WW: 30.41 Por;	Wartość energetyczna: 2197.93 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 81.15 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 281.57 g; W tym cukry: 41.35 g; Błonnik pok.: 38.94 g; Sól: 9.23 g; WW: 24.30 Por;

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;	



## **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,