

		W-wa- PŁO Podstawowa
2024-07-11 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 90 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Schab pieczony w rękawie 100 g Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 120 g (<u>GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Brzoskwinia 150 g
		Wartość energetyczna: 2287.47 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 80.35 g; Kw. tł. nasy.: 39.60 g; Węglowodany ogółem: 296.79 g; W tym cukry: 59.34 g; Błonnik pok.: 26.83 g; Sól: 9.67 g;

		W-wa- PŁO Podstawowa
2024-07-12 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb żytni razowy 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 20 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Twaróg półtłusty 90 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ryba smażona (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki młode gotowane 170 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 20 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2412.06 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz: 82.50 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 309.32 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sól: 8.13 g;

W-wa- PŁO Podstawowa		
2024-07-13 sobota	Sniadanie	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 400 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g</p>
	Obiad	<p>Koperkowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki młode gotowane 170 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 120 g Buraczki gotowane b/c 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g</p>
	PN	Jabłko 150 g
	Wartość energetyczna: 2185.31 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 85.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.47 g; Węglowodany ogółem: 270.68 g; W tym cukry: 60.07 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sól: 8.63 g;	

W-wa- PŁO Podstawowa		
2024-07-14 niedziela	Śniadanie	Chleb żytni razowy 40 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 20 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Kakao z mlekiem 400 ml (MLE.) Cukier 5 g
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (GLU PSZ. SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki młode gotowane 170 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Brokuł gotowany* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 20 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Arbuz 150 g
		Wartość energetyczna: 2423.02 kcal; Białko ogółem: 128.69 g; Tłuszcz: 96.03 g; Kw. tł. nasy.: 43.41 g; Węglowodany ogółem: 271.96 g; W tym cukry: 80.28 g; Błonnik pok.: 20.92 g; Sól: 8.83 g;

W-wa- PŁO Podstawowa		
2024-07-15 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty młodej* 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pierogi z serem - chłodzone 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Banan 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 90 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Schab gotowany 40 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
Wartość energetyczna: 2737.75 kcal; Białko ogółem: 121.68 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nasy.: 39.38 g; Węglowodany ogółem: 393.53 g; W tym cukry: 115.00 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sól: 7.48 g;		

W-wa- PŁO Podstawowa		
2024-07-16 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 350 ml (GLU PSZ. MLE.) Chleb żytni razowy 40 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 20 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Hummus 50 g (SEZ.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ. SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (GLU PSZ. JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (GLU JECZ.) Surówka z kalarepy, jabłka i marchewki z olejem b/c 120 g Szpinak gotowany z olejem* 80 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 20 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (RYB.) Warzywa po grecku* 40 g (GLU PSZ. SEL.) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Wafle ryżowe 50 g
Wartość energetyczna: 2676.01 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 82.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.41 g; Węglowodany ogółem: 381.29 g; W tym cukry: 56.34 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 8.48 g;		

W-wa- PŁO Podstawowa		
2024-07-17 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (MLE.) Chleb żytni razowy 40 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 20 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU PSZ. SOJ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad	Grycikowa z ziemniakami* 350 ml (GLU PSZ. SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ. SEL.) Ziemniaki młode gotowane 170 g Sałata zielona z kefirem 120 g (MLE.) Dyńa duszona z olejem* 80 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 20 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i rzodkiewki 90 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (może zawierać: GLU PSZ. JAJ. SOJ. MLE. SEL. GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2116.78 kcal; Białko ogółem: 120.50 g; Tłuszcz: 60.58 g; Kw. tł. nasy.: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 280.78 g; W tym cukry: 48.76 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 7.25 g;

		W-wa- PŁO Podstawowa
2024-07-18 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 180 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.</u>)
		Wartość energetyczna: 2542.98 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 100.24 g; Kw. tł. nasy.: 38.03 g; Węglowodany ogółem: 317.46 g; W tym cukry: 47.92 g; Błonnik pok.: 23.71 g; Sól: 9.46 g;

W-wa- PŁO Podstawowa		
2024-07-19 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ, MLE.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany 90 g (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Nektarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Ziemniaki młode gotowane 170 g Surówka z kapusty młodej z olejem 120 g Warzywa po grecku* 80 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2339.67 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 81.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 299.65 g; W tym cukry: 60.48 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sól: 9.41 g;

W-wa- PŁO Podstawowa		
2024-07-20 sobota	Sniadanie	<p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 400 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g</p>
	Obiad	<p>Ogórkowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka 180 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 120 g Cukinia pieczona z olejem * 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 20 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szyńka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ.</u>) Szyńkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g</p>
	PN	<p>Banan 150 g</p>
<p>Wartość energetyczna: 2226.94 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 298.95 g; W tym cukry: 73.52 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sól: 9.19 g;</p>		

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
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,
S02 - 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,