

2024-12-08 niedziela		W-wa- PŁO Podstawowa
	Śniadanie	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</u>) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Kakao z mlekiem z/c 400 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Schab pieczony pod serową pierzynką 100 g (<u>MLE.</u>) Sos szpinakowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 120 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 90 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</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: 2464.63 kcal; Białko ogółem: 122.61 g; Tłuszcz: 85.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.38 g; Węglowodany ogółem: 307.54 g; W tym cukry: 64.93 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 9.43 g;

		W-wa- PŁO Podstawowa
2024-12-09 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Szczypiorek 2 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kluski leniwe z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Banan 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Sałatka z ryżu i tuńczyka 100 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PZ	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2387.07 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.58 g; Węglowodany ogółem: 369.47 g; W tym cukry: 93.52 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sól: 7.63 g;

2024-12-10 wtorek	W-wa- PŁO Podstawowa	
	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad	Solferino * 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pieczarkowy 80 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 170 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120 g Marchew gotowana z olejem* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 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>) Twarożek z natką pietruszki 90 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2450.39 kcal; Białko ogółem: 126.97 g; Tłuszcz: 91.89 g; Kw. tł. nasy.: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 290.51 g; W tym cukry: 45.83 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sól: 9.98 g;

		W-wa- PŁO Podstawowa
2024-12-11 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<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>) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g Dżem 25 g 1 szt
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 170 g Ćwikła z chrzanem b/c 120 g (<u>MLE, S02.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szyńka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
		Wartość energetyczna: 2652.86 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 97.23 g; Kw. tł. nasy.: 38.73 g; Węglowodany ogółem: 341.28 g; W tym cukry: 75.51 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sól: 8.83 g;

W-wa- PŁO Podstawowa	
2024-12-12 czwartek	Śniadanie Zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 90 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g Sałata zielona 10 g
	Obiad Barszcz biały z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GLU ŻYT.</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 300 g (<u>JAJ.</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 170 g Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałatka jarzynowa* 100 g (<u>JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PZ Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
Wartość energetyczna: 2623.14 kcal; Białko ogółem: 134.05 g; Tłuszcz: 82.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 349.68 g; W tym cukry: 64.88 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 10.03 g;	

2024-12-13 piątek		W-wa- PŁO Podstawowa
	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g Szczypiorek 2 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 170 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 120 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 80 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 90 g (<u>MLE,</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PZ	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2368.43 kcal; Białko ogółem: 118.63 g; Tłuszcz: 82.06 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 300.05 g; W tym cukry: 54.33 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sól: 9.14 g;

		W-wa- PŁO Podstawowa	
2024-12-14 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 400 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
		Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	
		Bułka pszenna długa krojona 15 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 żółty 50 g (<u>MLE.</u>)	
		Pomidor 100 g	
		Salata zielona 10 g	
		Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml	
		Cukier 5 g	
		Obiad	Selerowa z ziemniakami * 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>)
			Gulasz wieprzowy- dieta 180 g (<u>GLU PSZ.</u>)
			Kasza gryczana 170 g
Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 120 g			
Buraczki gotowane b/c 80 g			
Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			
Kolacja	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)		
	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)		
	Bułka pszenna długa krojona 15 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>)		
	Twaróg półtłusty 90 g (<u>MLE.</u>)		
	Pomidor 100 g		
	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml		
	Cukier 5 g		
	Miód (25g) 1 szt		
PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
Wartość energetyczna: 2432.06 kcal; Białko ogółem: 133.61 g; Tłuszcz: 87.58 g; Kw. tł. nasy.: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 291.01 g; W tym cukry: 46.66 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 7.62 g;			

2024-12-15 niedziela		W-wa- PŁO Podstawowa
	Śniadanie	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa Extra-wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Serek Fromage 50 g (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Kakao z mlekiem z/c 400 ml (<u>MLE.</u>) Cukier 5 g Sałata zielona 10 g
	Obiad	Rosół z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki gotowane 170 g Surówka Ciesław b/c 120 g (<u>JAJ. MLE. GOR.</u>) Brokuł gotowany* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 90 g (<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>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PZ	Chałka 50 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2499.24 kcal; Białko ogółem: 126.47 g; Tłuszcz: 94.95 g; Kw. tł. nasy.: 45.40 g; Węglowodany ogółem: 295.24 g; W tym cukry: 67.15 g; Błonnik pok.: 22.42 g; Sól: 8.35 g;

		W-wa- PŁO Podstawowa
2024-12-16 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g Sałata zielona 10 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* (z białą fasolą) 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek prażonych 80 g Banan 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ. SOJ.</u>) Serek a'la homogenizowany 90 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
		Wartość energetyczna: 2728.34 kcal; Białko ogółem: 119.51 g; Tłuszcz: 76.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.03 g; Węglowodany ogółem: 403.89 g; W tym cukry: 143.49 g; Błonnik pok.: 21.30 g; Sól: 7.00 g;

2024-12-17 wtorek		W-wa- PŁO Podstawowa
	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ.</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>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g Pietruszka natka 2 g
	Obiad	Jarzynowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 120 g (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem* 80 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb żytni razowy 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 15 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku* 40 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PZ	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2342.30 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 83.30 g; Kw. tł. nasy.: 37.00 g; Węglowodany ogółem: 299.69 g; W tym cukry: 72.96 g; Błonnik pok.: 27.95 g; Sól: 9.13 g;

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,