

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

W-wa- PŁO Podstawowa	
2025-09-01 poniedziałek	Śniadanie
	Płatki pszenne na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb żytni razowy 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 15 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ,) Szyńka 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g Szczypiorek 5 g
	Obiad
	Fasolowa z ziemniakami * 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ,) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE,) Arbuz 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja
	Chleb żytni razowy 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 15 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szyńkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pasta z twarogu z natką pietruszki 90 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	N
	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2625.29 kcal; Białko ogółem: 115.77 g; Tłuszcz: 76.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 378.88 g; W tym cukry: 96.77 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sól: 11.01 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

W-wa- PŁO Podstawowa	
2025-09-02 wtorek	Śniadanie
	Zacierka 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>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad
	Brokułowa z ziemniakami* 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ryż na sypko 170 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g (<u>MLE,</u>) 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>) Twarożek 90 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN
	Jabłko 150 g
	Wartość energetyczna: 2272.25 kcal; Białko ogółem: 119.20 g; Tłuszcz: 64.52 g; Kw. tł. nasy.: 35.50 g; Węglowodany ogółem: 315.98 g; W tym cukry: 65.18 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sól: 8.05 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

W-wa- PŁO Podstawowa	
2025-09-03 środa	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>) Serek ziarnisty naturalny 90 g (<u>MLE,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad
	Pieczarkowa z makaronem * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet drobiowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 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>) Paszтет rybno- warzywny (morszczuk) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PN
	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml
Wartość energetyczna: 2290.33 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 65.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 327.01 g; W tym cukry: 79.08 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 8.85 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

W-wa- PŁO Podstawowa	
2025-09-04 czwartek	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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Hummus 50 g (<u>SEZ,</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 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:</u> <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PZ
	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
Wartość energetyczna: 2449.78 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 98.07 g; Kw. tł. nasy.: 35.58 g; Węglowodany ogółem: 294.68 g; W tym cukry: 41.92 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 10.65 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

W-wa- PŁO Podstawowa	
2025-09-05 piątek	Śniadanie
	Kasza manna 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 90 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad
	Szpinakowa z zacierką * 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba smażona (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki gotowane 170 g Surówka 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	PZ
	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 2397.58 kcal; Białko ogółem: 126.05 g; Tłuszcz: 84.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 293.29 g; W tym cukry: 57.46 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sól: 8.21 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

W-wa- PŁO Podstawowa	
2025-09-06 sobota	Śniadanie
	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 400 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, 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>)
Obiad	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>)
	Serek śmietankowy naturalny 90 g (<u>MLE,</u>)
	Ogórek świeży 100 g
	Salata zielona 10 g
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml
	Cukier 5 g
	Koperkowa z ryżem * 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>)
	Gulasz wieprzowy 180 g (<u>GLU PSZ,</u>)
	Ziemniaki gotowane 170 g
PN	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
	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 warzyw i szynki drobiowej 90 g (<u>SEL,</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
	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2202.15 kcal; Białko ogółem: 94.85 g;
	Tłuszcz: 86.72 g; Kw. tł. nasy.: 40.61 g; Węglowodany ogółem: 273.95 g; W tym cukry: 62.83 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sól: 8.76 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

W-wa- PŁO Podstawowa	
2025-09-07 niedziela	Śniadanie
	Chleb żytni razowy 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 15 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek a'la homogenizowany 90 g (MLE,) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Kakao z mlekiem z/c 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 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 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 15 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) Szynek Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	P
	Chąłka 50 g (GLU PSZ, JAJ,)
Wartość energetyczna: 2460.62 kcal; Białko ogółem: 131.93 g; Tłuszcz: 91.47 g; Kw. tł. nasy.: 42.58 g; Węglowodany ogółem: 288.49 g; W tym cukry: 60.16 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 8.57 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

W-wa- PŁO Podstawowa	
2025-09-08 poniedziałek	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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Serek śmietankowy naturalny 90 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g
	Obiad
	Kapuśniak z kapusty młodej * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Naleśniki z serem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos jogurtowy naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona 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
	PN
	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Wartość energetyczna: 2900.18 kcal; Białko ogółem: 117.21 g; Tłuszcz: 103.14 g; Kw. tł. nasy.: 48.65 g; Węglowodany ogółem: 390.04 g; W tym cukry: 127.55 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sól: 7.79 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

W-wa- PŁO Podstawowa	
2025-09-09 wtorek	Śniadanie
	Makaron 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>) Ser topiony 50 g (<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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 400 ml Cukier 5 g Pietruszka natka 2 g
	Obiad
	Grochowa z ziemniakami * 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bitka schabowa duszona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos ziołowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 170 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 120 g (<u>MLE,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 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>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</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
	PN
	Wafle ryżowe 50 g
	Wartość energetyczna: 2610.68 kcal; Białko ogółem: 128.33 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 350.45 g; W tym cukry: 47.18 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 9.16 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA WARSZAWA WIML

W-wa- PŁO Podstawowa	
2025-09-10 środa	Śniadanie
	Obiad
	Kolacja
	PN
Wartość energetyczna: 2262.30 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 307.38 g; W tym cukry: 57.54 g; Błonnik pok.: 25.45 g; Sól: 7.22 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,