

		Dieta podstawowa ZW	Dieta podstawowa dzieci ZW	Dieta łatwostrawna ZW	Dieta lekkostrawna dzieci ZW	Dieta z ogr. łatwo przyswajal. węgl. ZW	Dieta bogatobiałkowa ZW	Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu ZW
2026-09-07 poniedziałek	Śniadanie	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Papryka czerwona 100 g Herbata z cytryną 300 ml Kasza manna na mleku 300 g (GLU, MLE)		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Brokuł gotowany na parze 100 g Herbata z cytryną 300 ml Kasza manna na mleku 300 g (GLU, MLE)		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Papryka czerwona 100 g Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Papryka czerwona 100 g Herbata z cytryną 300 ml Kasza manna na mleku 300 g (GLU, MLE)	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Brokuł gotowany na parze 100 g Herbata z cytryną 300 ml Kasza manna na mleku 300 g (GLU, MLE)
	II Ś					Jogurt naturalny 100 ml (MLE)		
	Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 g (GLU, SEL) Kasza pęczak gotowana na sypko 200 g (GLU) Bitka duszona w sosie własnym 100 g (SEL) Surówka z ogórka kiszzonego z marchewką 150 g (GOR) Kompot z owoców 300 ml		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (GLU) Bitka duszona w sosie własnym 100 g (SEL) Marchew gotowana 150 g Kompot z owoców 300 ml		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 g (GLU, SEL) Kasza pęczak gotowana na sypko 200 g (GLU) Bitka duszona w sosie własnym 80 g (SEL) Surówka z ogórka kiszzonego z marchewką 150 g (GOR) Kompot owocowy bez cukru 300 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 g (GLU, SEL) Kasza pęczak gotowana na sypko 200 g (GLU) Bitka duszona w sosie własnym 100 g (SEL) Schab duszony 80 g Surówka z ogórka kiszzonego z marchewką 150 g (GOR) Kompot z owoców 300 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna gotowana na sypko 200 g (GLU) Bitka duszona w sosie własnym 100 g (SEL) Marchew gotowana 150 g Kompot z owoców 300 ml
	P		Wafelki śmietankowe 30 g (GLU, MLE)		Wafelki śmietankowe 30 g (GLU, MLE)	Salata z pomidorem 100 g	Jogurt naturalny z brzoskwinią 150 g (MLE)	
	Kolacja	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy 60 g Rzodkiewka tarta 80 g Salata 10 g Herbata z cytryną 250 ml		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka od górali 40 g (SOJ, SEL, GOR) Pomidor b/skóry 100 g Salata 10 g Herbata z cytryną 300 ml		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy 60 g Rzodkiewka tarta 100 g Salata 10 g Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy 80 g Rzodkiewka tarta 80 g Salata 10 g Herbata z cytryną 250 ml	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka od górali 40 g (SOJ, SEL, GOR) Pomidor b/skóry 100 g Salata 10 g Herbata z cytryną 300 ml
	Pn	Jabłko 1 szt		Jogurt naturalny z brzoskwinią 150 g (MLE)		Jabłko 1 szt		Jabłko parzone 1 szt
		Wartość energ.[kcal]: 2153.25 kcal; Białko ogół. [g]: 81.69 g; Tłuszcz [g]: 57.65 g; Węglowodany [g]: 346.79 g; cukry proste [g]: 85.63 g; Bł pokarm [g]: 39.58 g; Sól [g]: 5.61 g; Kw. tł. nasyc [g]: 26.73 g;	Wartość energ.[kcal]: 2309.55 kcal; Białko ogół. [g]: 84.18 g; Tłuszcz [g]: 65.90 g; Węglowodany [g]: 365.00 g; cukry proste [g]: 95.89 g; Bł pokarm [g]: 39.94 g; Sól [g]: 5.70 g; Kw. tł. nasyc [g]: 27.64 g;	Wartość energ.[kcal]: 2167.62 kcal; Białko ogół. [g]: 89.85 g; Tłuszcz [g]: 57.16 g; Węglowodany [g]: 339.24 g; cukry proste [g]: 86.74 g; Bł pokarm [g]: 30.97 g; Sól [g]: 3.98 g; Kw. tł. nasyc [g]: 27.87 g;	Wartość energ.[kcal]: 2323.92 kcal; Białko ogół. [g]: 92.34 g; Tłuszcz [g]: 65.41 g; Węglowodany [g]: 357.45 g; cukry proste [g]: 97.00 g; Bł pokarm [g]: 31.33 g; Sól [g]: 4.06 g; Kw. tł. nasyc [g]: 28.78 g;	Wartość energ.[kcal]: 1798.64 kcal; Białko ogół. [g]: 68.77 g; Tłuszcz [g]: 53.24 g; Węglowodany [g]: 283.26 g; cukry proste [g]: 51.28 g; Bł pokarm [g]: 44.59 g; Sól [g]: 5.47 g; Kw. tł. nasyc [g]: 24.51 g;	Wartość energ.[kcal]: 2488.71 kcal; Białko ogół. [g]: 115.21 g; Tłuszcz [g]: 69.45 g; Węglowodany [g]: 371.22 g; cukry proste [g]: 99.76 g; Bł pokarm [g]: 40.87 g; Sól [g]: 6.10 g; Kw. tł. nasyc [g]: 30.37 g;	Wartość energ.[kcal]: 2167.82 kcal; Białko ogół. [g]: 86.93 g; Tłuszcz [g]: 56.29 g; Węglowodany [g]: 345.74 g; cukry proste [g]: 92.77 g; Bł pokarm [g]: 34.34 g; Sól [g]: 3.85 g; Kw. tł. nasyc [g]: 27.00 g;

		Dieta podstawowa ZW	Dieta podstawowa dzieci ZW	Dieta łatwostrawna ZW	Dieta lekkostrawna dzieci ZW	Dieta z ogr. łatwo przyswajal. węgl. ZW	Dieta bogatobiałkowa ZW	Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu ZW
2026-09-08 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Polędwica drobiowa sopocka 40 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata lodowa 10 g Carpaccio z buraka 100 g Herbata z cytryną 300 ml Makaron na mleku 300 g (GLU, MLE)		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Polędwica drobiowa sopocka 40 g (SOJ, SEL, GOR) Carpaccio z buraka 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cytryną 300 ml Makaron na mleku 300 g (GLU, MLE)		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Polędwica drobiowa sopocka 40 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata lodowa 10 g Carpaccio z buraka 100 g Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Polędwica drobiowa sopocka 40 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata lodowa 10 g Carpaccio z buraka 100 g Herbata z cytryną 300 ml Makaron na mleku 300 g (GLU, MLE)	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Polędwica drobiowa sopocka 40 g (SOJ, SEL, GOR) Buraki gotowane 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cytryną 300 ml Makaron na mleku 300 g (GLU, MLE)
	II ś					Sok pomidorowy 200 ml		
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Pieczeń rzymska wp. 80 g (GLU, JAJ) Sos jasny z majerankiem 100 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot z owoców 300 ml		Zupa pomidorowa z ryżem 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Pieczeń rzymska wp. 80 g (GLU, JAJ) Sos jasny z majerankiem 100 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowane na parze 150 g Kompot z owoców 300 ml		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Pieczeń rzymska wp. 80 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej bez cukru 150 g Kompot z owoców 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Pieczeń rzymska wp. 80 g (GLU, JAJ) Szynka wieprzowa duszona 80 g Sos jasny z majerankiem 100 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot z owoców 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Pieczeń rzymska wp. 80 g (GLU, JAJ) Sos jasny z majerankiem 100 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowane na parze 150 g Kompot z owoców 300 ml
	P		Galaretką z owocami 150 g		Galaretką z owocami 150 g	Surówka wielowarzywna bez cukru z olejem 100 g (SEL, GOR)	Galaretką z owocami 150 g	
	Kolacja	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (SOJ, SEL, GOR) Ketchup 10 g Ogórek kiszony 100 g (GOR) Herbata z cytryną 300 ml		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z indyka z warzywami 60 g (SEL) Marchew gotowana 100 g Herbata z cytryną 300 ml		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z indyka z warzywami 60 g (SEL) Ogórek kiszony 100 g (GOR) Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt (SOJ, SEL, GOR) Pasta z indyka z warzywami 40 g (SEL) Ketchup 10 g Ogórek kiszony 100 g (GOR) Herbata z cytryną 300 ml	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z indyka z warzywami 60 g (SEL) Marchew gotowana 100 g Herbata z cytryną 300 ml
	Pn			Kefir 100 ml (MLE)				Galaretką z owocami 150 g
		Wartość energ.[kcal]: 2512.71 kcal; Białko ogół. [g]: 90.03 g; Tłuszcz [g]: 107.51 g; Węglowodany [g]: 312.34 g; cukry proste [g]: 73.07 g; Bł pokarm [g]: 32.20 g; Sól [g]: 8.26 g; Kw. tł. nasyc [g]: 39.76 g;	Wartość energ.[kcal]: 2549.57 kcal; Białko ogół. [g]: 96.21 g; Tłuszcz [g]: 107.67 g; Węglowodany [g]: 315.38 g; cukry proste [g]: 75.39 g; Bł pokarm [g]: 32.92 g; Sól [g]: 8.27 g; Kw. tł. nasyc [g]: 39.77 g;	Wartość energ.[kcal]: 2230.79 kcal; Białko ogół. [g]: 91.62 g; Tłuszcz [g]: 69.28 g; Węglowodany [g]: 326.02 g; cukry proste [g]: 75.22 g; Bł pokarm [g]: 31.55 g; Sól [g]: 4.11 g; Kw. tł. nasyc [g]: 28.94 g;	Wartość energ.[kcal]: 2267.65 kcal; Białko ogół. [g]: 97.79 g; Tłuszcz [g]: 69.45 g; Węglowodany [g]: 329.06 g; cukry proste [g]: 77.54 g; Bł pokarm [g]: 32.27 g; Sól [g]: 4.12 g; Kw. tł. nasyc [g]: 28.94 g;	Wartość energ.[kcal]: 1787.80 kcal; Białko ogół. [g]: 70.71 g; Tłuszcz [g]: 76.73 g; Węglowodany [g]: 223.30 g; cukry proste [g]: 48.10 g; Bł pokarm [g]: 40.19 g; Sól [g]: 7.37 g; Kw. tł. nasyc [g]: 25.90 g;	Wartość energ.[kcal]: 2742.21 kcal; Białko ogół. [g]: 129.37 g; Tłuszcz [g]: 113.38 g; Węglowodany [g]: 318.01 g; cukry proste [g]: 76.76 g; Bł pokarm [g]: 33.90 g; Sól [g]: 8.80 g; Kw. tł. nasyc [g]: 42.15 g;	Wartość energ.[kcal]: 2131.85 kcal; Białko ogół. [g]: 94.57 g; Tłuszcz [g]: 57.46 g; Węglowodany [g]: 325.31 g; cukry proste [g]: 74.13 g; Bł pokarm [g]: 32.49 g; Sól [g]: 4.03 g; Kw. tł. nasyc [g]: 27.09 g;

		Dieta podstawowa ZW	Dieta podstawowa dzieci ZW	Dieta łatwostrawna ZW	Dieta lekkostrawna dzieci ZW	Dieta z ogr. łatwo przyswajal. węgl. ZW	Dieta bogatobiałkowa ZW	Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu ZW
2026-09-09 środa	Śniadanie	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g (MLE) Rzodkiewka tarta 80 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cytryną 300 ml Ryż na mleku 300 g (MLE)		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cytryną 300 ml Ryż na mleku 300 g (MLE)		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g (MLE) Rzodkiewka tarta 80 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cytryną 300 ml Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g (MLE) Płat szynkowy 40 g (SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka tarta 80 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cytryną 300 ml Ryż na mleku 300 g (MLE)	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cytryną 300 ml Ryż na mleku 300 g (MLE)
	II Ś					Sok pomidorowy 200 ml		
	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Makaron świderki 200 g (GLU) Jogurt naturalny 100 ml (MLE) Jabłka prażone 150 g Kompot z owoców 300 ml				Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80 g Sos koperkowy 100 g (GLU, SEL) Surówka z czerwonej kapusty bez cukru z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Makaron świderki 200 g (GLU) Jogurt naturalny 100 ml (MLE) Jabłka prażone 150 g Kompot z owoców 300 ml	
	P		Herbatniki 30 g (GLU, MLE)		Herbatniki 30 g (GLU, MLE)	Surówka z marchewki bez cukru 100 g	Herbatniki 30 g (GLU, MLE)	
	Kolacja	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g (SOJ, SEL, GOR) Ogórek zielony 100 g Herbata z cytryną 300 ml		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata 10 g Bukiet warzyw gotowane na parze 80 g Herbata z cytryną 250 ml		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g (SOJ, SEL, GOR) Ogórek zielony 100 g Sałata 10 g Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna 50 g (SEL) Szynka tostowa z kurcząt 60 g (SOJ, SEL, GOR) Ogórek zielony 100 g Herbata z cytryną 300 ml	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata 10 g Bukiet warzyw gotowane na parze 80 g Herbata z cytryną 250 ml
	Ph	Bananowe mleko 100 g (MLE)				Jabłko 1 szt	Bananowe mleko 100 g (MLE)	
		Wartość energ.[kcal]: 2105.23 kcal; Białko ogół. [g]: 68.86 g; Tłuszcz [g]: 63.07 g; Węglowodany [g]: 331.05 g; cukry proste [g]: 87.07 g; Bł pokarm [g]: 30.53 g; Sól [g]: 4.16 g; Kw. tł. nasyc [g]: 29.49 g;	Wartość energ.[kcal]: 2244.75 kcal; Białko ogół. [g]: 71.48 g; Tłuszcz [g]: 66.59 g; Węglowodany [g]: 355.63 g; cukry proste [g]: 97.79 g; Bł pokarm [g]: 30.95 g; Sól [g]: 4.40 g; Kw. tł. nasyc [g]: 29.94 g;	Wartość energ.[kcal]: 2187.40 kcal; Białko ogół. [g]: 72.85 g; Tłuszcz [g]: 63.22 g; Węglowodany [g]: 344.47 g; cukry proste [g]: 88.34 g; Bł pokarm [g]: 25.21 g; Sól [g]: 3.80 g; Kw. tł. nasyc [g]: 29.47 g;	Wartość energ.[kcal]: 2326.92 kcal; Białko ogół. [g]: 75.47 g; Tłuszcz [g]: 66.74 g; Węglowodany [g]: 369.05 g; cukry proste [g]: 99.06 g; Bł pokarm [g]: 25.62 g; Sól [g]: 4.04 g; Kw. tł. nasyc [g]: 29.93 g;	Wartość energ.[kcal]: 1831.03 kcal; Białko ogół. [g]: 70.99 g; Tłuszcz [g]: 67.11 g; Węglowodany [g]: 258.98 g; cukry proste [g]: 59.92 g; Bł pokarm [g]: 47.04 g; Sól [g]: 5.07 g; Kw. tł. nasyc [g]: 26.08 g;	Wartość energ.[kcal]: 2450.52 kcal; Białko ogół. [g]: 94.41 g; Tłuszcz [g]: 75.50 g; Węglowodany [g]: 365.68 g; cukry proste [g]: 104.23 g; Bł pokarm [g]: 34.20 g; Sól [g]: 6.83 g; Kw. tł. nasyc [g]: 32.85 g;	Wartość energ.[kcal]: 2187.40 kcal; Białko ogół. [g]: 72.85 g; Tłuszcz [g]: 63.22 g; Węglowodany [g]: 344.47 g; cukry proste [g]: 88.34 g; Bł pokarm [g]: 25.21 g; Sól [g]: 3.80 g; Kw. tł. nasyc [g]: 29.47 g;

		Dieta podstawowa ZW	Dieta podstawowa dzieci ZW	Dieta łatwostrawna ZW	Dieta lekkostrawna dzieci ZW	Dieta z ogr. łatwo przyswaj. węgl. ZW	Dieta bogatobiałkowa ZW	Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu ZW
2026-09-10 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 60 g (MLE) Szpinak baby 10 g Papryka czerwona 80 g Herbata owocowa 300 g Ryż na mleku 300 g (MLE)		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 60 g (MLE) Szpinak baby 10 g Buraki gotowane 80 g Herbata owocowa 300 g Ryż na mleku 300 g (MLE)		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 60 g (MLE) Szpinak baby 10 g Papryka czerwona 100 g Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 80 g (MLE) Szpinak baby 10 g Papryka czerwona 80 g Herbata owocowa 300 g Ryż na mleku 300 g (MLE)	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Szpinak baby 10 g Buraki gotowane 80 g Herbata owocowa 300 g Ryż na mleku 300 g (MLE)
	II Ś						Serek wiejski granulowany 100 g (MLE)	
	Obiad	Zupa solferino z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Szynka wieprzowa duszona 80 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g (SEL, GOR) Kompot z owoców 300 ml		Zupa solferino z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Szynka wieprzowa duszona 80 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Warzywa gotowane 150 g (SEL) Kompot z owoców 300 ml		Zupa solferino z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Szynka wieprzowa duszona 80 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Surówka wielowarzywna bez cukru z olejem 150 g (SEL, GOR) Kompot owocowy bez cukru 300 g	Zupa solferino z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Szynka wieprzowa duszona 80 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g (SEL, GOR) Kompot z owoców 300 ml	Zupa solferino z makaronem 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Szynka wieprzowa duszona 80 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Warzywa gotowane 150 g (SEL) Kompot z owoców 300 ml
	P		Chrupki kukurydziane 30 g		Chrupki kukurydziane 30 g	Fasolka szparagowa gotowana na parze z olejem 100 g	Chrupki kukurydziane 30 g	
	Kolacja	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Połędwica drobiowa z majerankiem 40 g (SOJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną 300 ml		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Połędwica drobiowa z majerankiem 40 g (SOJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z jogurtem 100 g (MLE, SEL) Herbata z cytryną 300 ml		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Połędwica drobiowa z majerankiem 40 g (SOJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z jogurtem 100 g (MLE, SEL) Ogórek kiszony 50 g (GOR) Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Połędwica drobiowa z majerankiem 60 g (SOJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną 300 ml	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Połędwica drobiowa z majerankiem 40 g (SOJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z jogurtem 100 g (MLE, SEL) Herbata z cytryną 300 ml
Pn	Deser jogurtowy z chią i truskawkami 100 g (MLE)					Deser jogurtowy z chią i truskawkami bez cukru 100 g (MLE)	Deser jogurtowy z chią i truskawkami 100 g (MLE)	Mus truskawkowo jabłkowy 100 g
		Wartość energ.[kcal]: 2261.47 kcal; Białko ogół. [g]: 88.40 g; Tłuszcz [g]: 85.26 g; Węglowodany [g]: 303.09 g; cukry proste [g]: 89.77 g; Bł pokarm [g]: 36.57 g; Sól [g]: 5.16 g; Kw. tł. nasyc [g]: 31.35 g;	Wartość energ.[kcal]: 2356.76 kcal; Białko ogół. [g]: 90.73 g; Tłuszcz [g]: 86.05 g; Węglowodany [g]: 323.80 g; cukry proste [g]: 89.77 g; Bł pokarm [g]: 38.56 g; Sól [g]: 5.17 g; Kw. tł. nasyc [g]: 31.44 g;	Wartość energ.[kcal]: 2182.17 kcal; Białko ogół. [g]: 89.83 g; Tłuszcz [g]: 69.28 g; Węglowodany [g]: 314.76 g; cukry proste [g]: 91.37 g; Bł pokarm [g]: 30.56 g; Sól [g]: 4.24 g; Kw. tł. nasyc [g]: 30.27 g;	Wartość energ.[kcal]: 2277.45 kcal; Białko ogół. [g]: 92.17 g; Tłuszcz [g]: 70.06 g; Węglowodany [g]: 335.47 g; cukry proste [g]: 91.37 g; Bł pokarm [g]: 32.56 g; Sól [g]: 4.25 g; Kw. tł. nasyc [g]: 30.36 g;	Wartość energ.[kcal]: 2157.56 kcal; Białko ogół. [g]: 92.17 g; Tłuszcz [g]: 94.36 g; Węglowodany [g]: 256.30 g; cukry proste [g]: 49.56 g; Bł pokarm [g]: 44.03 g; Sól [g]: 6.77 g; Kw. tł. nasyc [g]: 31.42 g;	Wartość energ.[kcal]: 2533.36 kcal; Białko ogół. [g]: 118.81 g; Tłuszcz [g]: 92.58 g; Węglowodany [g]: 325.23 g; cukry proste [g]: 90.89 g; Bł pokarm [g]: 38.72 g; Sól [g]: 5.73 g; Kw. tł. nasyc [g]: 34.28 g;	Wartość energ.[kcal]: 2163.00 kcal; Białko ogół. [g]: 85.97 g; Tłuszcz [g]: 66.62 g; Węglowodany [g]: 320.56 g; cukry proste [g]: 98.03 g; Bł pokarm [g]: 31.21 g; Sól [g]: 4.12 g; Kw. tł. nasyc [g]: 29.20 g;

		Dieta podstawowa ZW	Dieta podstawowa dzieci ZW	Dieta łatwostrawna ZW	Dieta lekkostrawna dzieci ZW	Dieta z ogr. łatwo przyswajal. węgl. ZW	Dieta bogatobiałkowa ZW	Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu ZW
2026-09-11 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa z kurczaka 40 g (SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka tarta 100 g Herbata z cytryną 300 ml Budyń 300 g (MLE)		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa z kurczaka 40 g (SOJ, SEL, GOR) Marchew gotowana 100 g Herbata z cytryną 300 ml Budyń 300 g (MLE)		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa z kurczaka 40 g (SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka tarta 100 g Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa z kurczaka 60 g (SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka tarta 100 g Herbata z cytryną 300 ml Budyń 300 g (MLE)	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa z kurczaka 40 g (SOJ, SEL, GOR) Marchew gotowana 100 g Herbata z cytryną 300 ml Budyń 300 g (MLE)
	II Ś					Salata z pomidorem 100 g		
	Obiad	Zupa krupnik z ryżu 350 g (SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Mintaj panierowany 80 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z marchwi i pora 150 g Kompot z owoców 300 ml		Zupa krupnik z ryżu 350 g (SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Mintaj pieczony 80 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Szpinak gotowany 150 g (GLU) Kompot z owoców 300 ml		Zupa krupnik z ryżem brązowym 350 g (SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Mintaj pieczony 80 g (RYB) Surówka z marchwi i pora b/cukru 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Zupa krupnik z ryżu 350 g (SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Mintaj panierowany 80 g (GLU, JAJ, RYB) Mintaj pieczony 80 g (RYB) Surówka z marchwi i pora 150 g Kompot z owoców 300 ml	Zupa krupnik z ryżu 350 g (SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Mintaj pieczony 80 g (RYB) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Szpinak gotowany 150 g (GLU) Kompot z owoców 300 ml
	P		Sok jabłkowy 0,2l 200 ml		Sok jabłkowy 0,2l 200 ml	Jabłko 1 szt	Salata z pomidorem 100 g	
	Kolacja	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 60 g (JAJ, GOR) Salata lodowa 10 g Ogórek zielony 100 g Herbata z cytryną 300 ml		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 60 g (JAJ, GOR) Salata lodowa 10 g Pomidor b/skóry 100 g Herbata z cytryną 300 ml		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 60 g (JAJ, GOR) Salata lodowa 10 g Ogórek zielony 100 g Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ, GOR) Salata lodowa 10 g Ogórek zielony 100 g Herbata z cytryną 300 ml	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z białek jaja 50 g (JAJ) Dżem owocowy 25 g Salata lodowa 10 g Pomidor b/skóry 100 g Herbata z cytryną 300 ml
	Pn	Kefir 100 ml (MLE)						
		Wartość energ.[kcal]: 1991.96 kcal; Białko ogół. [g]: 75.59 g; Tłuszcz [g]: 72.12 g; Węglowodany [g]: 274.97 g; cukry proste [g]: 84.55 g; Bł pokarm [g]: 29.00 g; Sól [g]: 4.65 g; Kw. tł. nasyc [g]: 28.46 g;	Wartość energ.[kcal]: 2032.96 kcal; Białko ogół. [g]: 75.69 g; Tłuszcz [g]: 72.22 g; Węglowodany [g]: 284.97 g; cukry proste [g]: 93.75 g; Bł pokarm [g]: 29.00 g; Sól [g]: 4.65 g; Kw. tł. nasyc [g]: 28.47 g;	Wartość energ.[kcal]: 2063.57 kcal; Białko ogół. [g]: 84.49 g; Tłuszcz [g]: 65.32 g; Węglowodany [g]: 297.02 g; cukry proste [g]: 85.39 g; Bł pokarm [g]: 24.85 g; Sól [g]: 4.44 g; Kw. tł. nasyc [g]: 29.38 g;	Wartość energ.[kcal]: 2104.57 kcal; Białko ogół. [g]: 84.59 g; Tłuszcz [g]: 65.42 g; Węglowodany [g]: 307.02 g; cukry proste [g]: 94.59 g; Bł pokarm [g]: 24.85 g; Sól [g]: 4.45 g; Kw. tł. nasyc [g]: 29.39 g;	Wartość energ.[kcal]: 1640.69 kcal; Białko ogół. [g]: 66.77 g; Tłuszcz [g]: 61.02 g; Węglowodany [g]: 226.20 g; cukry proste [g]: 47.11 g; Bł pokarm [g]: 40.28 g; Sól [g]: 4.37 g; Kw. tł. nasyc [g]: 24.66 g;	Wartość energ.[kcal]: 2169.34 kcal; Białko ogół. [g]: 101.87 g; Tłuszcz [g]: 78.65 g; Węglowodany [g]: 279.05 g; cukry proste [g]: 86.57 g; Bł pokarm [g]: 30.45 g; Sól [g]: 5.44 g; Kw. tł. nasyc [g]: 30.12 g;	Wartość energ.[kcal]: 2166.40 kcal; Białko ogół. [g]: 82.22 g; Tłuszcz [g]: 61.20 g; Węglowodany [g]: 334.55 g; cukry proste [g]: 122.32 g; Bł pokarm [g]: 25.61 g; Sól [g]: 4.34 g; Kw. tł. nasyc [g]: 28.62 g;

		Dieta podstawowa ZW	Dieta podstawowa dzieci ZW	Dieta łatwostrawna ZW	Dieta lekkostrawna dzieci ZW	Dieta z ogr. łatwo przyswajal. węgl. ZW	Dieta bogatobiałkowa ZW	Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu ZW
2026-09-12 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka od górali 40 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata owocowa 300 g		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka od górali 40 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata 10 g Pomidor b/skóry 80 g Herbata owocowa 300 g		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka od górali 40 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata 10 g Pomidor 100 g Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka od górali 60 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata 10 g Pomidor 80 g Herbata owocowa 300 g	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pierś drobiowa delikatna 40 g (SOJ, SEL, GOR) Sałata 10 g Pomidor b/skóry 80 g Herbata owocowa 300 g
	II Ś						Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	
	Obiad	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową i ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Schab wp. pieczony 80 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g (SEL, GOR) Kompot z owoców 300 ml		Zupa jarzynowa z fasolką szparagową i ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Schab duszony 80 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Buraki gotowane 150 g Kompot z owoców 300 ml		Zupa jarzynowa z fasolką szparagową i ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Ryż brązowy na sypko 180 g Schab wp. pieczony 80 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g (SEL, GOR) Kompot owocowy bez cukru 300 g	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową i ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Schab wp. pieczony 80 g Schab duszony 80 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g (SEL, GOR) Kompot z owoców 300 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 g (GLU, MLE, SEL) Ryż biały na sypko 200 g Schab duszony 80 g Sos pieczeniowy jasny 100 g (GLU) Buraki gotowane 150 g Kompot z owoców 300 ml
	P		Kisiel owocowy 200 g		Kisiel owocowy 200 g	Surówka z marchwi i selera bez cukru 100 g (SEL)		
	Kolacja	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pomidorowy twarożek 60 g (MLE) Ogórek kiszony 100 g (GOR) Herbata z cytryną 300 ml		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pomidorowy twarożek 60 g (MLE) Bukiet warzyw gotowane na parze 100 g Herbata z cytryną 300 ml		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pomidorowy twarożek 60 g (MLE) Ogórek kiszony 100 g (GOR) Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pomidorowy twarożek 80 g (MLE) Ogórek kiszony 100 g (GOR) Herbata z cytryną 300 ml	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pomidorowy twarożek 60 g (MLE) Bukiet warzyw gotowane na parze 100 g Herbata z cytryną 300 ml
	Pn	Truskawkowe mleko 200 g (MLE)					Jabłko 1 szt	Truskawkowe mleko 200 g (MLE)
		Wartość energ.[kcal]: 2001.07 kcal; Białko ogół. [g]: 86.41 g; Tłuszcz [g]: 66.62 g; Węglowodany [g]: 280.41 g; cukry proste [g]: 60.40 g; Bł pokarm [g]: 32.42 g; Sól [g]: 6.56 g; Kw. tł. nasyc [g]: 27.68 g;	Wartość energ.[kcal]: 2068.69 kcal; Białko ogół. [g]: 86.44 g; Tłuszcz [g]: 66.62 g; Węglowodany [g]: 297.31 g; cukry proste [g]: 72.95 g; Bł pokarm [g]: 32.43 g; Sól [g]: 6.59 g; Kw. tł. nasyc [g]: 27.68 g;	Wartość energ.[kcal]: 2028.38 kcal; Białko ogół. [g]: 87.10 g; Tłuszcz [g]: 59.90 g; Węglowodany [g]: 299.43 g; cukry proste [g]: 67.51 g; Bł pokarm [g]: 28.19 g; Sól [g]: 3.62 g; Kw. tł. nasyc [g]: 26.50 g;	Wartość energ.[kcal]: 2096.00 kcal; Białko ogół. [g]: 87.13 g; Tłuszcz [g]: 59.90 g; Węglowodany [g]: 316.33 g; cukry proste [g]: 80.06 g; Bł pokarm [g]: 28.20 g; Sól [g]: 3.65 g; Kw. tł. nasyc [g]: 26.50 g;	Wartość energ.[kcal]: 2059.85 kcal; Białko ogół. [g]: 85.71 g; Tłuszcz [g]: 77.07 g; Węglowodany [g]: 280.20 g; cukry proste [g]: 59.86 g; Bł pokarm [g]: 48.77 g; Sól [g]: 6.86 g; Kw. tł. nasyc [g]: 28.41 g;	Wartość energ.[kcal]: 2224.39 kcal; Białko ogół. [g]: 118.81 g; Tłuszcz [g]: 76.47 g; Węglowodany [g]: 281.81 g; cukry proste [g]: 61.38 g; Bł pokarm [g]: 32.48 g; Sól [g]: 7.12 g; Kw. tł. nasyc [g]: 30.54 g;	Wartość energ.[kcal]: 2040.13 kcal; Białko ogół. [g]: 86.66 g; Tłuszcz [g]: 62.49 g; Węglowodany [g]: 296.59 g; cukry proste [g]: 66.81 g; Bł pokarm [g]: 27.38 g; Sól [g]: 3.93 g; Kw. tł. nasyc [g]: 27.05 g;

		Dieta podstawowa ZW	Dieta podstawowa dzieci ZW	Dieta łatwostrawna ZW	Dieta lekkostrawna dzieci ZW	Dieta z ogr. łatwo przyswajal. węgl. ZW	Dieta bogatobiałkowa ZW	Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu ZW
2026-09-13 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser biały krajanka 60 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Ogórek zielony 80 g Herbata z cytryną 300 ml		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser biały krajanka 60 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Brokuł gotowany na parze 100 g Herbata z cytryną 300 ml		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser biały krajanka 60 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Ogórek zielony 100 g Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb mieszany 50 g (GLU) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser biały krajanka 80 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Ogórek zielony 80 g Herbata z cytryną 300 ml	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser biały krajanka 60 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Brokuł gotowany na parze 100 g Herbata z cytryną 300 ml
	II ś					Serek wiejski granulowany 100 g (MLE)		
	Obiad	Zupa rosół z makaronem 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Filet z kurczaka pieczony 80 g Surówka z czerwonej kapusty 150 g Kompot z owoców 300 ml		Zupa rosół z makaronem 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany na parze 150 g Kompot z owoców 300 ml		Zupa rosół z makaronem z ogr. łatwo. przysw. węgl. 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Filet z kurczaka pieczony 80 g Surówka z czerwonej kapusty bez cukru z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 300 g	Zupa rosół z makaronem 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Filet z kurczaka pieczony 80 g Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80 g Surówka z czerwonej kapusty 150 g Kompot z owoców 300 ml	Wywar jarzynowy z makaronem ryżowym 350 g (SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 80 g Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany na parze 150 g Kompot z owoców 300 ml
	P		Galaretką z owocami 150 g		Galaretką z owocami 150 g	Salatka mix roślin strączkowych z olejem 100 g	Galaretką z owocami 150 g	
	Kolacja	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna 60 g (SEL) Rzodkiew biała talarki 100 g Herbata z cytryną 300 ml		Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna 60 g (SEL) Marchew gotowana 100 g Herbata z cytryną 300 ml		Chleb razowy 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna 60 g (SEL) Rzodkiew biała talarki 100 g Herbata b/cukru z cytryną 300 ml	Chleb razowy 50 g (GLU) Chleb mieszany 50 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna 80 g (SEL) Rzodkiew biała talarki 100 g Herbata z cytryną 300 ml	Angielka 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta mięsno-warzywna 60 g (SEL) Marchew gotowana 100 g Herbata z cytryną 300 ml
	Pn	Sok jabłkowy 0,2l 200 ml				Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	Sok jabłkowy 0,2l 200 ml	
		Wartość energ.[kcal]: 1734.30 kcal; Białko ogół. [g]: 85.59 g; Tłuszcz [g]: 42.95 g; Węglowodany [g]: 267.77 g; cukry proste [g]: 72.31 g; Bł pokarm [g]: 32.36 g; Sól [g]: 3.08 g; Kw. tł. nasyc [g]: 22.25 g;	Wartość energ.[kcal]: 1771.16 kcal; Białko ogół. [g]: 91.76 g; Tłuszcz [g]: 43.11 g; Węglowodany [g]: 270.81 g; cukry proste [g]: 74.63 g; Bł pokarm [g]: 33.08 g; Sól [g]: 3.09 g; Kw. tł. nasyc [g]: 22.25 g;	Wartość energ.[kcal]: 1873.18 kcal; Białko ogół. [g]: 92.48 g; Tłuszcz [g]: 47.96 g; Węglowodany [g]: 282.35 g; cukry proste [g]: 69.70 g; Bł pokarm [g]: 29.21 g; Sól [g]: 2.98 g; Kw. tł. nasyc [g]: 23.47 g;	Wartość energ.[kcal]: 1910.04 kcal; Białko ogół. [g]: 98.65 g; Tłuszcz [g]: 48.12 g; Węglowodany [g]: 285.39 g; cukry proste [g]: 72.02 g; Bł pokarm [g]: 29.93 g; Sól [g]: 2.99 g; Kw. tł. nasyc [g]: 23.47 g;	Wartość energ.[kcal]: 2036.63 kcal; Białko ogół. [g]: 104.39 g; Tłuszcz [g]: 83.22 g; Węglowodany [g]: 237.25 g; cukry proste [g]: 45.34 g; Bł pokarm [g]: 39.35 g; Sól [g]: 4.86 g; Kw. tł. nasyc [g]: 28.50 g;	Wartość energ.[kcal]: 1935.96 kcal; Białko ogół. [g]: 122.23 g; Tłuszcz [g]: 47.18 g; Węglowodany [g]: 272.51 g; cukry proste [g]: 75.76 g; Bł pokarm [g]: 33.50 g; Sól [g]: 3.30 g; Kw. tł. nasyc [g]: 23.80 g;	Wartość energ.[kcal]: 1745.86 kcal; Białko ogół. [g]: 81.17 g; Tłuszcz [g]: 44.48 g; Węglowodany [g]: 269.33 g; cukry proste [g]: 69.56 g; Bł pokarm [g]: 28.68 g; Sól [g]: 2.86 g; Kw. tł. nasyc [g]: 22.57 g;

One&Only Sp. z o.o.

ul. Sienkiewicza 85/87 lok 8 90-057 Łódź

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energ.[kcal] - Wartość energetyczna[kcal],

Białko ogół. [g] - Białko ogółem,

Tłuszcz [g] - Tłuszcz,

Węglowodany [g] - Węglowodany ogółem,

Sól [g] - Sól,

Kw. tł. nasyc [g] - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Bł pokarm [g] - Błonnik pokarmowy,

cukry proste [g] - suma cukrów prostych,