

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-07 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

|                         |           | KRK- SKAW- 1 Podstawowa zestaw I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KRK- SKAW- 1 Podstawowa zestaw II                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KRK- SKAW 6 Z ogr.łatwo przys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.łuszczów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | KRK- SKAW WE Wegetariańska                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-07-07 poniedziałek | Śniadanie | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Baleron wieprzowy wędzony, parzony 20 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dip majonezowy 15 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek świeży 20 g<br>Sałata zielona 10 g                                              | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek świeży 20 g<br>Papryka świeża 20 g                                                             | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek świeży 20 g<br>Sałata zielona 10 g  | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor 40 g<br>Sałata zielona 10 g | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dip majonezowy 15 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> )<br>Twarożek 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Miód (25g) 1 szt<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek świeży 20 g<br>Papryka świeża 20 g |
|                         | Obiad     | Zupa wiosenna z kukinią i ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Kieszonka z kurczaka z warzywami 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sos serowo-szpinakowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                             | Fasolowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Schab s.jarzynowy 220g 1 Por ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane () 200 g<br>Kalafor z masłem (82% tł.) i bułką tartą* 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Zupa wiosenna z kukinią i ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kieszonka z kurczaka z warzywami 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml                                                                                                       | Zupa wiosenna z kukinią i ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kieszonka z kurczaka z warzywami 120 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kalafor gotowany* 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                         | Zupa wiosenna z kukinią i ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi z serem* 350 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                         | PD        | Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                         | Kolacja   | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE.</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek świeży 20 g<br>Kielki rzodkiewki 5 g | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 20 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 0,5 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek świeży 20 g<br>Sałata zielona 10 g | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Chleb Graham 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek świeży 20 g<br>Kielki rzodkiewki 5 g | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopocka wieprzowa, wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Sałata zielona 10 g                            | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 0,5 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek świeży 20 g<br>Sałata zielona 10 g                                                |
|                         | PN        | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2705.77 kcal; Białko ogółem: 108.85 g; Tłuszcz: 112.31 g; Kw. tł. nasy.: 49.98 g; Węglowodany ogółem: 326.17 g; W tym cukry: 52.19 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sól: 9.51 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Wartość energetyczna: 2423.85 kcal; Białko ogółem: 120.06 g; Tłuszcz: 75.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 332.38 g; W tym cukry: 60.38 g; Błonnik pok.: 28.92 g; Sól: 6.99 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 2108.36 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 70.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; W tym cukry: 35.59 g; Błonnik pok.: 31.44 g; Sól: 7.20 g;                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2333.01 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 341.12 g; W tym cukry: 71.00 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól: 6.94 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2754.58 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 88.03 g; Kw. tł. nasy.: 43.56 g; Węglowodany ogółem: 385.18 g; W tym cukry: 53.60 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sól: 6.04 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-07 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

|                         |           | KRK- SKAW- 6/3 Z<br>ogr.łatw.przys.węglow.niskotłuszczowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | KRK- SKAW- Zupa                                                                                                                                                                                         | KRK- SKAW- VIP I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-07-07 poniedziałek | Śniadanie | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Bułka pszenna długa krojona 60g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u><br><u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Twarożek 60g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem<br>surowców wieprzowych, z połączonych<br>kawałków mięsa, parzona 50g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 40g<br>Sałata zielona 10g   | Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ.</u><br><u>MLE.</u> )                                                                                                                                       | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u><br><u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Dip majonezowy 15g ( <u>JAJ. MLE. GOR.</u> )<br>Baleron wieprzowy wędzony, parzony 20g<br>( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 40g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50g<br>Sałata zielona 10g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Wafelki 50g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> )<br>Jogurt brzoskwiowy 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                |
|                         | Obiad     | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400<br>ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Makaron 200g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kieszonka z kurczaka z warzywami 120g<br>( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Sos pomidorowy 100ml ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kalaflor gotowany* 150g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250ml                                                                                                                                   | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400<br>ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )                                                                                                                        | Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami () 400<br>ml ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Makaron 200g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kieszonka z kurczaka z warzywami 120g<br>( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Sos serowo-szpinakowy* 100ml ( <u>GLU PSZ.</u><br><u>MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi z olejem b/c () 100g<br>Kalaflor z masłem (82% tł.) i bułką tartą* 100g<br>( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Banan 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                         | PD        | Herbatniki 30g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                         | Kolacja   | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Bułka pszenna długa krojona 60g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u><br><u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopotcka wieprzowa,wędzona<br>parzona z dodatkiem wody. 50g ( <u>SOJ. MLE.</u> )<br>Serek śniadaniowy ze szczypiorkiem 80g 0,5<br>szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 40g<br>Sałata zielona 10g | Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml ( <u>GLU</u><br><u>PSZ. MLE. SEL.</u> )                                                                                                                           | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u><br><u>GLU ŻYT.</u> )<br>Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Premium z piersi kurczaka wędzonka<br>dr. parzona z połączonych kawałków mięsa z<br>dodaną wodą, białkiem sojowym i wp 20g<br>( <u>GLU PSZ. SOJ. może zawierać: JAJ. MLE.</u><br><u>GOR.</u> )<br>Ser mozzarella 50g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek twarogowy termizowany smak<br>śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE. może zawierać:</u><br><u>RYB. OZI. MLE.</u> )<br>Pomidor 50g<br>Ogórek świeży 50g<br>Sałata zielona 10g |
|                         | PZ        | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                         | Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                         |           | Wartość energetyczna: 2129.76 kcal; Białko<br>ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 62.41 g; Kw. tł. nasy.:<br>25.73 g; Węglowodany ogółem: 305.33 g; W<br>tym cukry: 35.08 g; Błonnik pok.: 18.88 g; Sól:<br>6.63 g;                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 588.39 kcal; Białko<br>ogółem: 23.74 g; Tłuszcz: 10.93 g; Kw. tł. nasy.:<br>4.62 g; Węglowodany ogółem: 104.11 g; W tym<br>cukry: 24.64 g; Błonnik pok.: 10.72 g; Sól: 2.07<br>g; | Wartość energetyczna: 3073.27 kcal; Białko<br>ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 122.51 g; Kw. tł.<br>nasy.: 50.27 g; Węglowodany ogółem: 387.64<br>g; W tym cukry: 93.86 g; Błonnik pok.: 28.82 g;<br>Sól: 8.15 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 JEĆZ - 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,