

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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-07-20 niedziela | 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>Kielbasa krakowska wieprzowa parzona, gruborozdrobniona, wędzona, w osłonce niejadalnej. 25 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u> )<br>Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Serek śniadaniowy ziołowy 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Papryka świeża 20 g<br>Oliwki zielone /czarne drylowane 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>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 25 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Papryka świeża 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>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek śniadaniowy ziołowy 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Papryka świeża 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 Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek śniadaniowy ziołowy 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 30 g<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>Serek śniadaniowy ziołowy 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Pomidor 20 g<br>Papryka świeża 20 g<br>Sałata zielona 10 g   |
|                      | Obiad     | Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g<br>Kotlet schabowy 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Mizeria 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g<br>Schab gotowany 120 g<br>Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Mizeria 150 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml                                                                                                                                                                                                | Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g<br>Schab gotowany 120 g<br>Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                | Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane ( ) 200 g<br>Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )<br>Mizeria 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                            |
|                      | PD        | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                      | 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>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 20 g ( <u>SOJ.</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>Boczek rolowany wieprzowy wędzony parzony 20 g ( <u>SOJ, MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 20 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek świeży 20 g<br>Kielki rzodkiewki 5 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>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek świeży 20 g<br>Pomidor 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>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jabłko pieczone 150 g<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>Hummus zielony z ciecierzycy 60 g<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek świeży 20 g<br>Sałata zielona 10 g |
|                      | PN        | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt ( <u>MLE, GLU OW.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                      |           | Wartość energetyczna: 2226.83 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 295.99 g; W tym cukry: 56.33 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 8.11 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2274.98 kcal; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz: 81.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; W tym cukry: 70.07 g; Błonnik pok.: 20.53 g; Sól: 7.20 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna: 1837.08 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 50.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 252.11 g; W tym cukry: 45.60 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sól: 7.49 g;                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2162.93 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 321.91 g; W tym cukry: 87.58 g; Błonnik pok.: 21.00 g; Sól: 7.11 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Wartość energetyczna: 2187.77 kcal; Białko ogółem: 74.37 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 318.12 g; W tym cukry: 72.05 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Sól: 5.93 g;                                                                                                                                                                                                                                                  |

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

|                      |           | KRK- SKAW- 6/3 Z<br>ogr.łątw.przys.węglow.niskotłuszczowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | KRK- SKAW- Zupa                                                                                                                                                                                   | KRK- SKAW- VIP I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-07-20 niedziela | Śniadanie | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <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 Konserwowa wieprzowa, produkt<br>blokowy wytworzony z połączonych kawałków<br>mięsa wieprzowego, parzony 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek śniadaniowy ziołowy 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Sałata zielona 10 g | Kasza manna na mleku 300 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 30 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <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>Kielbasa krakowska wieprzowa<br>parzona, gruborozdrobniona, wędzona, w osłonce<br>niejadalnej. 40 g ( <u>GLU PSZ. SOJ. MLE. może</u><br><u>zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u> )<br>Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Serek homo z dżemem truskawkowym 60 g<br>( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u><br><u>SO2.</u> )<br>Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) |
|                      | Obiad     | Pomidorowa z makaronem () 400 ml ( <u>GLU</u><br><u>PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane () 200 g<br>Schab gotowany 120 g<br>Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ. SEL.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml                                                                                                                                                                                              | Pomidorowa z makaronem () 400 ml ( <u>GLU</u><br><u>PSZ. MLE. SEL.</u> )                                                                                                                          | Pomidorowa z makaronem () 400 ml ( <u>GLU</u><br><u>PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane () 200 g<br>Kotlet schabowy 150 g ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Mizeria 100 g ( <u>MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g<br>Sok owocowy pasteryzowany 0,3L 1 szt<br>Winogrona 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                      | PD        | Jabłko pieczone 1szt. 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                      | Kolacja   | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <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>Polędwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa<br>wędzona parzona 40 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Sałata zielona 10 g                                                                 | Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE. SEL.</u> )                                                                                                                                                             | Herbata czarna ekspresowa 2g koperta 1 szt<br>Cukier 4g (saszetka) 2 szt<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU</u><br><u>PSZ. GLU ŻYT.</u> )<br>Chleb Graham 30 g ( <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>Paszтет z blachy- drobiowo wieprzowy 50 g<br>( <u>GLU PSZ. SOJ. SEL. GOR.</u> )<br>Ser pleśniowy 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Salami kielbasa wieprzowo-wołowa drobno<br>rozdrobniiona surowo wędzona, dojrzewająca,<br>wędzona. 15 g ( <u>SOJ. SEL. GOR.</u> )<br>Papryka świeża 50 g<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g                                                                                                                                                       |
|                      | PZ        | Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt<br>( <u>MLE. GLU OW.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                   | Mus owocowo-warzywny 100g-produkt<br>pasteryzowany 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                      |           | Wartość energetyczna: 1924.00 kcal; Białko<br>ogółem: 107.79 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tł.<br>nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 264.96<br>g; W tym cukry: 41.09 g; Błonnik pok.: 17.46 g;<br>Sól: 6.86 g;                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 524.19 kcal; Białko<br>ogółem: 20.57 g; Tłuszcz: 9.06 g; Kw. tł. nasy.:<br>3.52 g; Węglowodany ogółem: 93.05 g; W tym<br>cukry: 20.55 g; Błonnik pok.: 6.13 g; Sól: 1.46 g; | Wartość energetyczna: 2997.63 kcal; Białko<br>ogółem: 120.46 g; Tłuszcz: 108.93 g; Kw. tł.<br>nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 388.60<br>g; W tym cukry: 67.35 g; Błonnik pok.: 27.71 g;<br>Sól: 8.48 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,