

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-08-03 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. tłuszczów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | KRK- SKAW WE Vegetariańska                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-07-25 piątek | 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 Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek świeży 40 g<br>Pomidor 40 g<br>Papryka świeża 20 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 Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 25 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Ogórek świeży 40 g<br>Sałata zielona 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>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Ogórek świeży 40 g<br>Sałata zielona 20 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>Dżem 30 g<br>Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica Sopotka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 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>Pasta z twarogu z koperkiem 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Ogórek świeży 40 g<br>Sałata zielona 20 g               |
|                   | Obiad     | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane () 200 g<br>Ryba smażona (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mak.fus.z kurcz i szpinak.300g 1 Por ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane () 200 g<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> )<br>Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml                                                                                                                                                                                   | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane () 200 g<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                         | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Knedle ze śliwką* 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )<br>Śmietana 18 % tł 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                   | PD        | Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Jabłko 1 szt 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Ciastka różne 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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>Boczek rolowany wieprzowy wędzony parzony 25 g ( <u>SOJ, MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Twarożek z papryką słodką 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Ogórek świeży 40 g<br>Sałata zielona 20 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>Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 25 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> )<br>Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Ogórek świeży 40 g<br>Pomidor 40 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>Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Twarożek z papryką słodką 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Ogórek świeży 40 g<br>Kielki rzodkiewki 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>Twarożek z papryką słodką 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <u>SOJ.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 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>Hummus 50 g ( <u>SEZ.</u> )<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Ogórek świeży 40 g<br>Kielki rzodkiewki 10 g |
|                   | PN        | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                   |           | Wartość energetyczna: 2336.83 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 84.82 g; Kw. tł. nasy.: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 294.05 g; W tym cukry: 77.61 g; Błonnik pok.: 24.00 g; Sól: 6.76 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Wartość energetyczna: 2251.33 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 86.38 g; Kw. tł. nasy.: 45.85 g; Węglowodany ogółem: 265.72 g; W tym cukry: 58.65 g; Błonnik pok.: 18.71 g; Sól: 7.31 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 1791.70 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 48.58 g; Kw. tł. nasy.: 18.76 g; Węglowodany ogółem: 244.77 g; W tym cukry: 49.62 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sól: 7.50 g;                                                                                                                                                                                                                                                  | Wartość energetyczna: 2030.30 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 51.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 293.17 g; W tym cukry: 85.88 g; Błonnik pok.: 18.56 g; Sól: 7.22 g;                                                                                                                                                                                                                                                                               | Wartość energetyczna: 2442.48 kcal; Białko ogółem: 75.07 g; Tłuszcz: 105.67 g; Kw. tł. nasy.: 52.35 g; Węglowodany ogółem: 305.62 g; W tym cukry: 73.67 g; Błonnik pok.: 17.82 g; Sól: 6.00 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-07-21 do dnia 2025-08-03 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

| KRK- SKAW- 6/3 Z<br>ogr.łatw.przys.węglow.niskotłuszczowa                                                                                                                                      |           | KRK- SKAW- Zupa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | KRK- SKAW- VIP I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-07-25 piątek                                                                                                                                                                              | Śniadanie | Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 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>Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 20 g ( <u>SOJ, MLE.</u> )<br>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Ser topiony 25g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem 30 g<br>Ogórek świeży 80 g<br>Sałata zielona 20 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Ciastka różne 40 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )<br>Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                | Obiad     | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane () 200 g<br>Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g ( <u>RYB.</u> )<br>Szpinak gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml                                                                                                                                                                           | Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Zupa wiosenna z cukinią i makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki młode gotowane () 200 g<br>Ryba smażona (Morszczuk) 120 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> )<br>Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g<br>Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Arbuz 150 g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                | PD        | Jabłko 1 szt 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, 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 z papryką słodką 50 g ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor 80 g<br>Sałata zielona 20 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 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 20 g ( <u>MLE.</u> )<br>Boczek rolowany wieprzowy wędzony parzony 40 g ( <u>SOJ, MLE, GLU JECZ.</u> )<br>Twarożek z papryką słodką 60 g ( <u>MLE.</u> )<br>Serek śniadaniowy naturalny 80g 1 szt ( <u>MLE.</u> )<br>Papryka świeża 80 g<br>Sałata zielona 20 g |
|                                                                                                                                                                                                | PN        | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Wartość energetyczna: 1851.89 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 50.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 248.48 g; W tym cukry: 38.17 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sól: 7.29 g; |           | Wartość energetyczna: 469.26 kcal; Białko ogółem: 18.60 g; Tłuszcz: 8.58 g; Kw. tł. nasy.: 3.42 g; Węglowodany ogółem: 81.97 g; W tym cukry: 17.68 g; Błonnik pok.: 5.47 g; Sól: 1.43 g;                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2931.86 kcal; Białko ogółem: 145.90 g; Tłuszcz: 121.79 g; Kw. tł. nasy.: 51.32 g; Węglowodany ogółem: 325.82 g; W tym cukry: 90.22 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 8.54 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,