

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

| KRK- SKAW- 1 Podstawowa zestaw I                                                                                                                                                               |           | KRK- SKAW- 1 Podstawowa zestaw II                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | KRK- SKAW 6 Z ogr.łatw przys.węglowodanów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | KRK- SKAW 3 Łatwo strawna z ogr.tłuszczów                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | KRK- SKAW WE Wegetariańska                                                                                                                                                                     |  | KRK- SKAW- 6/3 Z ogr.łatw.przys.węglow.niskotłuszczowa                                                                                                                                         |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| 2025-11-04 wtorek                                                                                                                                                                              | 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>Kiełbasa 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>Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem 25 g 1 szt<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek kiszony 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>Salami kiełbasa wieprzowo-wolowa drobno rozdrobniona surowo wędzona,dojrzewajaca, wędzona. 15 g ( <u>SOJ, SEL, GOR,</u> )<br>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 20 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Serek śniadaniowy ziołowy 80g 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłko 150 g<br>Ogórek kiszony 20 g<br>Pomidor 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>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Serek śniadaniowy ziołowy 80g 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek kiszony 20 g<br>Jabłko 150 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 śniadaniowy ziołowy 80g 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłko pieczone 150 g<br>Pomidor 40 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.) 2 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Serek śniadaniowy ziołowy 80g 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Warzywa świeże mix 80 g | 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>Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Serek śniadaniowy ziołowy 80g 1 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Sałata zielona 10 g      |                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                |  |
|                                                                                                                                                                                                | Obiad     | Grochowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Ryz na sypko 200 g<br>Kociulek Chiński* 300g 1 Por<br>Kalafior gotowany* 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml<br>Sos ziołowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Grochowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Sakiewka wp z warzywami 120 g 1 Por ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Buraczki gotowane 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Solferino 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos ziołowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Surówka z rzepy białej i jabłka ( ) 150 g ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml                                                                                       | Solferino 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos ziołowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Marchew gotowana z olejem 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml                                                                                                                                              | Solferino 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Naleśniki z twaro.i owoc 300g B 1 Por ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Solferino 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Sos ziołowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Marchew gotowana z olejem 150 g<br>Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                |  |
|                                                                                                                                                                                                | PD        | Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SO2,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SO2,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                |  |
|                                                                                                                                                                                                | 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>Szynka Farmerska wieprzowa z dodatkiem wody, wędzona, parzona 20 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Pasta z makreli wędzonej z warzywami *. 60 g ( <u>RYB, SEL,</u> )<br>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek kiszony 20 g<br>Kiełki 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Ser żółty 25 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu i suszonych pomidorów 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek kiszony 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 20 g<br>Ogórek kiszony 20 g<br>Kiełki 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Serek homo. naturalny 100 g ( <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.) 2 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Ser żółty 40 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu i suszonych pomidorów 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Warzywa świeże mix 50 g                                | 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 Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> )<br>Serek homo. naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor 40 g<br>Sałata zielona 10 g |                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                |  |
|                                                                                                                                                                                                | PN        | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ,</u> )<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                     | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Mini Crisper pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30 g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ, może zawierać: ORZ, SEZ,</u> )<br>Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                |  |                                                                                                                                                                                                |  |
| Wartość energetyczna: 2596.91 kcal; Białko ogółem: 104.56 g; Tłuszcz: 88.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 362.66 g; W tym cukry: 46.49 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sól: 8.56 g; |           | Wartość energetyczna: 2482.73 kcal; Białko ogółem: 115.07 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw. tł. nasy.: 37.86 g; Węglowodany ogółem: 339.60 g; W tym cukry: 82.20 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sól: 8.97 g;                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Wartość energetyczna: 2210.12 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 317.67 g; W tym cukry: 46.08 g; Błonnik pok.: 37.30 g; Sól: 9.11 g;                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Wartość energetyczna: 2386.85 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.59 g; Węglowodany ogółem: 366.76 g; W tym cukry: 80.07 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 7.42 g;                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Wartość energetyczna: 2681.39 kcal; Białko ogółem: 93.11 g; Tłuszcz: 112.78 g; Kw. tł. nasy.: 52.78 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; W tym cukry: 61.63 g; Błonnik pok.: 15.66 g; Sól: 5.97 g; |  | Wartość energetyczna: 2218.00 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 312.30 g; W tym cukry: 33.80 g; Błonnik pok.: 25.44 g; Sól: 8.32 g; |  |

Jadłospisy za okres od dnia 2025-10-27 do dnia 2025-11-09 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

|                   |           | KRK- SKAW- Zupa                                                                                                                                                                           | KRK- SKAW- VIP I                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-11-04 wtorek | Śniadanie | Makaron 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>Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g<br>Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ,</u> )<br>Chrzan ze śmietaną 15 g ( <u>MLE, S02,</u> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata zielona 10 g<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Ciasto marchewkowe-wyrób z ciasta biszkoptowo tłuszczowego 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, S02,</u> )<br>Jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) |
|                   | Obiad     | Solferino 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )                                                                                                                                            | Grochowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )<br>Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ,</u> )<br>Sakiewka wp z warzywami 120 g 1 Por ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Buraczki gotowane 100 g<br>Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE,</u> )<br>Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt<br>Banan 1szt. 1 szt<br>Sos ziołowy 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                   | Kolacja   | Ziemniaczana 400 ml ( <u>GLU PSZ, 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>Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g ( <u>S02,</u> )<br>Ser pleśniowy 50 g ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z twarogu i suszonych pomidorów 60 g ( <u>MLE,</u> )<br>Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt ( <u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u> )<br>Ogórek kiszony 50 g<br>Sałata zielona 10 g                                                                                                        |
|                   | PN        |                                                                                                                                                                                           | Rogal maślany 50g. 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                   |           | Wartość energetyczna: 561.27 kcal; Białko ogółem: 20.87 g; Tłuszcz: 8.73 g; Kw. tł. nasy.: 3.44 g; Węglowodany ogółem: 104.02 g; W tym cukry: 20.19 g; Błonnik pok.: 8.08 g; Sól: 1.47 g; | Wartość energetyczna: 2942.57 kcal; Białko ogółem: 129.94 g; Tłuszcz: 105.10 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 385.93 g; W tym cukry: 80.14 g; Błonnik pok.: 32.69 g; Sól: 8.43 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,