

Jadłospis z dnia: 2024-06-28

**SPOSOBY OBRÓBKİ POSIŁKU**

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

**DIETA PODSTAWOWA**

**Śniadanie**

- MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PASTA Z SERKA ŚMIETANKOWEGO I ŁOSOSIA 70 G /alergeny: gluten; ryby; soja; mleko; gorczyca/
- POLĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- POMIDOR 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNİ (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/



**Obiad**

- BOTWINA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
- MAKARON Z TWAROGIEM I BRZOSKWINIĄ 350 G /alergeny: gluten; jaja; mleko; seler/



### Kolacja

- 2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
- SAŁATA 15 G
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/
- CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2191 kcal

BIAŁKO 88,78 g; WĘGLOWODANY 296,82 g; Cukry proste 74,74 g; TŁUSZCZE 75,80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 41,77 g; BŁONNIK 22,91 g; Sól 5,82 g

## Dieta: BEZGLUTENOWA

### Śniadanie

- RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G
- PASTA ZE SCHABU na spec. 100 G
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- POMIDOR 70 G
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
- SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA spec. 100 G
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- 2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
- SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/
- SAŁATA 15 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

Cały dzień

Kaloryczność: 2110 kcal

BIAŁKO 102,62 g; WĘGLOWODANY 269,36 g; Cukry proste 62,73 g; TŁUSZCZE 71,43 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 30,05 g; BŁONNIK 25,53 g; Sól 4,64 g

## Dieta: BEZMLECZNA

### Śniadanie

- RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G
- POLĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/
- POMIDOR 70 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G

### Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
- SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA spec. 100 G
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)
- JABŁKO GOTOWANE 200 G (G)

### Kolacja

- 2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
- SAŁATA 15 G
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2010 kcal

BIAŁKO 88,62 g; WĘGLOWODANY 328,05 g; Cukry proste 71,80 g; TŁUSZCZE 44,07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 11,67 g; BŁONNIK 30,91 g; Sól 6,03 g

## Dieta: BOGATOBIAŁKOWA

### Śniadanie

- MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- POLĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- BOTWINA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Podwieczorek

- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

- KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SAŁATA 15 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2370 kcal

BIAŁKO 133,08 g; WĘGLOWODANY 292,84 g; Cukry proste 69,57 g; TŁUSZCZE 79,35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 40,85 g; BŁONNIK 28,68 g; Sól 6,06 g

## Dieta: CUKRZYCOWA

### Śniadanie

- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- POMIDOR 70 G
- CHLEB GRAHAM (3 KROMKI) 90 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Drugie śniadanie

- WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Obiad

- BOTWINA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
- SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ b/c 100 G
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)
- JABŁKO 200 G

### Podwieczorek

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

### Kolacja

- 2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SAŁATA 15 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB GRAHAM ( 4 KROMKI ) 120 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2001 kcal

BIĄŁKO 111,00 g; WĘGLOWODANY 276,39 g; Cukry proste 53,22 g; TŁUSZCZE 56,52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,80 g; BŁONNIK 34,78 g; Sól 7,02 g

Dieta: HIPOALERGICZNA

### Śniadanie

- PASTA ZE SCHABU na spec. 100 G
- JABŁKO 250 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G **/alergeny: gluten/**
- MASŁO NATURALNE 20 G **/alergeny: mleko/**
- HERBATA 200 G

### Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)
- SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA spec. 100 G
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

### Kolacja

- KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G **/alergeny: gluten/**
- MASŁO NATURALNE 20 G **/alergeny: mleko/**
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2231 kcal

BIĄŁKO 119,27 g; WĘGLOWODANY 262,21 g; Cukry proste 67,76 g; TŁUSZCZE 84,75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 34,90 g; BŁONNIK 31,64 g; Sól 3,22 g

## Dieta: KLEIKOWA

### Śniadanie

- HERBATA 200 G
- KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)
- SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

### Obiad

- HERBATA 200 G
- KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)
- SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

### Kolacja

- HERBATA 200 G
- KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)
- SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

### Cały dzień

Kaloryczność: 705 kcal

BIAŁKO 19,44 g; WĘGLOWODANY 138,60 g; Cukry proste 3,51 g; TŁUSZCZE 7,20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 1,17 g; BŁONNIK 4,95 g; Sól 0,90 g



## Dieta: ŁATWOSTRAWNA

### Śniadanie

- MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- POLĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- POMIDOR 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- BOTWINA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
- SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA b/c 100 G /alergeny: mleko/
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- 2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
- SAŁATA 15 G
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2117 kcal

BIAŁKO 97,97 g; WĘGLOWODANY 290,03 g; Cukry proste 71,41 g; TŁUSZCZE 67,93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,70 g; BŁONNIK 27,78 g; Sól 4,98 g

## Dieta: NISKOBIĄŁKOWA

### Śniadanie

- RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G
- POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Obiad

- BOTWINA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- MAKARON Z WARZYWAMI W BIAŁYM SOSIE 350 G (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- ZIEMNIAKI FASZEROWANE 300 G /alergeny: mleko; seler/
- DŻEM 25 G
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2384 kcal

BIAŁKO 57,15 g; WĘGLOWODANY 443,67 g; Cukry proste 91,04 g; TŁUSZCZE 50,08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 28,87 g; BŁONNIK 39,22 g; Sól 3,26 g

## Dieta: NISKOSODOWA

### Śniadanie

- MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- PASTA ZE SCHABU na spec. 100 G
- SAŁATA 15 G
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G /alergeny: ryby; seler/
- SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA b/c 100 G /alergeny: mleko/
- ZIEMNIANKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- 2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
- SAŁATA LODOWA 20G
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- MARGARYNA JEDNOPORCJOWA
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2041 kcal

BIAŁKO 120,44 g; WĘGLOWODANY 274,66 g; Cukry proste 64,99 g; TŁUSZCZE 56,64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 21,85 g; BŁONNIK 28,25 g; Sól 4,00 g

## Dieta: PAPKOWATA

### Śniadanie

- MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- PASTA ZE SCHABU na spec. 100 G
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

### Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2256 kcal

BIAŁKO 132,51 g; WĘGLOWODANY 264,61 g; Cukry proste 50,18 g; TŁUSZCZE 79,31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 38,78 g; BŁONNIK 26,22 g; Sól 5,60 g

## **Dieta: PŁYNNNA**

### **Śniadanie**

- PŁYNNNA MLECZNA Z KASZKĄ MANNAŃ 500 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

### **Drugie śniadanie**

- KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)
- JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### **Obiad**

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- GALARETKA 500 ML
- KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

### **Podwieczorek**

- JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

### **Kolacja**

- BUDYŃ NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 ML (G) /alergeny: mleko/
- KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)
- RYŻOWA spec. 400 ML

## **Cały dzień**

Kaloryczność: 1863 kcal

BIAŁKO 94,58 g; WĘGLOWODANY 215,54 g; Cukry proste 134,11 g; TŁUSZCZE 69,85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,09 g; BŁONNIK 6,48 g; Sól 1,93 g

## Dieta: ROZDROBNIONA

### Śniadanie

- MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- PASTA ZE SCHABU na spec. 100 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2311 kcal

BIAŁKO 134,16 g; WĘGLOWODANY 274,45 g; Cukry proste 53,49 g; TŁUSZCZE 80,51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,37 g; BŁONNIK 27,28 g; Sól 5,63 g

## Dieta: WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

### Śniadanie

- MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- PASTA ZE SCHABU na spec. 100 G
- TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/
- POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- PULPETY Z DORSZA 120 G (G) /alergeny: gluten; jaja; ryby; seler/
- MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)
- ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)
- KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

### Kolacja

- PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G
- SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/
- SAŁATA 15 G
- SOK MARCHEW-JABŁKO 200 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G
- CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2166 kcal

BIAŁKO 136,13 g; WĘGLOWODANY 288,70 g; Cukry proste 69,76 g; TŁUSZCZE 58,52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 24,88 g; BŁONNIK 31,08 g; Sól 4,62 g

## Dieta: WEGETARIAŃSKA

### Śniadanie

- MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/
- TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/
- POMIDOR 70 G
- DŻEM 25 G
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

- BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)
- MAKARON Z TWAROGIEM I BRZOSKWINIĄ 350 G /alergeny: gluten; jaja; mleko; seler/
- KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

- 2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/
- SAŁATA 15 G
- DŻEM 25 G
- SOK POMIDOROWY 195 ML
- CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/
- MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/
- HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2223 kcal

BIAŁKO 89,70 g; WĘGLOWODANY 305,90 g; Cukry proste 78,24 g; TŁUSZCZE 74,81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,70 g; BŁONNIK 21,03 g; Sól 3,90 g