

SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU

(G) – Gotowanie

(S) – Smażenie

(P) – Pieczenie

(D) - Duszenie

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie

MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

PAPRYKA ŚWIEŻA 50 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (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

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/

SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ 100 G

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

BANAN 200 G



## Kolacja

TWARÓG ZE SZCZYPIORKIEM 120 G /alergeny: mleko/

POLĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/

SAŁATA 15 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

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: 2262 kcal

BIAŁKO 105,55 g; WĘGLOWODANY 291,85 g; Cukry proste 72,56 g; TŁUSZCZE 80,40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 42,84 g; BŁONNIK 30,28 g; Sól 5,51 g

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

### Śniadanie

MLECZNA Z RYŻEM 300 ML (G) /alergeny: mleko/  
JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/  
POŁĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/  
POMIDOR 70 G  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/  
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/  
SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/  
MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/  
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)  
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)  
BANAN 200 G

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/  
POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/  
SAŁATA 15 G  
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G  
CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2137 kcal

BIAŁKO 98,05 g; WĘGLOWODANY 299,04 g; Cukry proste 73,63 g; TŁUSZCZE 66,40 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 37,41 g; BŁONNIK 28,20 g; Sól 4,88 g

## DIETA CUKRZYCOWA

### Śniadanie

POŁĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

PAPRYKA ŚWIEŻA 50 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

KEFIR 200 ML /alergeny: mleko/

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

### Obiad

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: 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 250 G

### Podwieczorek

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

### Kolacja

TWARÓG ZE SZCZYPIORKIEM 120 G /alergeny: mleko/

POŁĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/

SAŁATA 15 G

SOK POMIDOROWY 300 ML

CHLEB GRAHAM ( 4 KROMKI ) 120 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2008 kcal

BIAŁKO 114,85 g; WĘGLOWODANY 275,12 g; Cukry proste 56,44 g; TŁUSZCZE 56,77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,85 g; BŁONNIK 37,63 g; Sól 8,55 g

## Dieta: BEZGLUTENOWA

### Śniadanie

JAGLANKA Z TRUSKAWKAMI B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/  
SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/  
JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/  
POMIDOR 70 G  
CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G

### Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)  
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/  
MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/  
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)  
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)  
BANAN 200 G

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G  
SZYNKA BEZGLUTENOWA 50 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/  
SAŁATA 15 G  
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G  
CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G  
CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2163 kcal

BIAŁKO 88,98 g; WĘGLOWODANY 291,07 g; Cukry proste 75,48 g; TŁUSZCZE 74,25 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 31,47 g; BŁONNIK 26,85 g; Sól 3,51 g

## Dieta: BEZMLECZNA

### Śniadanie

JAGLANKA Z TRUSKAWKAMI B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/  
POLĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/  
JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/  
POMIDOR 70 G  
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
HERBATA 200 G

### Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)  
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/  
MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)  
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)  
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)  
BANAN 200 G

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G  
POLĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/  
SAŁATA 15 G  
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G  
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
HERBATA 200 G  
CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2147 kcal

BIAŁKO 99,54 g; WĘGLOWODANY 334,06 g; Cukry proste 75,83 g; TŁUSZCZE 52,00 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 13,79 g; BŁONNIK 30,60 g; Sól 5,12 g

## Dieta: BOGATOBIAŁKOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/  
KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)  
POŁĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/  
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

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/  
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/  
SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/  
MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/  
ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)  
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Podwieczorek

BANAN 200 G

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/  
POŁĘDWICA SOPOCKA 70 G /alergeny: gluten; soja/  
SAŁATA 15 G  
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G  
CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2399 kcal

BIAŁKO 133,04 g; WĘGLOWODANY 298,25 g; Cukry proste 74,71 g; TŁUSZCZE 80,53 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 41,27 g; BŁONNIK 29,93 g; Sól 5,62 g

## Dieta: HIPOALERGICZNA

### Śniadanie

KURCZAK GOT - W CAŁOŚCI spec. 180 G (G)

JABŁKO 200 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

MARCHEW GOTOWANA spec. 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

JABŁKO GOTOWANE 250 G (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2283 kcal

BIAŁKO 114,66 g; WĘGLOWODANY 289,75 g; Cukry proste 62,81 g; TŁUSZCZE 79,78 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 34,03 g; BŁONNIK 31,38 g; Sól 3,43 g



## Dieta: KLEIKOWA

### Śniadanie

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

### Obiad

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

### Kolacja

KLEIK RYŻOWY 500 ML (G)

SUCHARY PSZENNE 30 G /alergeny: gluten; jaja; soja; mleko/

HERBATA 200 G

### 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: NISKOBIĄTKOWA

### Śniadanie

JAGŁANKA Z TRUSKAWKAMI B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/

POŁĘDWICA DROBIOWA 30 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

ZAPIEKANKA Z ZIEMNIAKÓW I WARZYW 350 G (P) /alergeny: seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO 250 G

### Kolacja

WARZYWA PIECZONE 350 G (P)

POŁĘDWICA SOPOCKA 30 G /alergeny: gluten; soja/

SAŁATA 15 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2165 kcal

BIAŁKO 49,84 g; WĘGLOWODANY 376,29 g; Cukry proste 84,33 g; TŁUSZCZE 60,47 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 25,73 g; BŁONNIK 44,72 g; Sól 4,11 g

## Dieta: NISKOSODOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

KURCZAK GOTOWANY - W CAŁOŚCI 180 G (G)

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

OGÓREK ŚWIEŻY 50 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/

MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO 250 G

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2315 kcal

BIAŁKO 135,70 g; WĘGLOWODANY 285,19 g; Cukry proste 65,17 g; TŁUSZCZE 75,30 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 26,21 g; BŁONNIK 27,78 g; Sól 3,87 g

## Dieta: PAPKOWATA

### Śniadanie

MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

POŁĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/

SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

BANAN 200 G

### Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2242 kcal

BIAŁKO 108,64 g; WĘGLOWODANY 294,43 g; Cukry proste 72,16 g; TŁUSZCZE 75,38 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 39,51 g; BŁONNIK 28,34 g; Sól 5,37 g

## Dieta: PŁYNNNA

### Śniadanie

PŁYNNNA MLECZNA Z PŁATKAMI 500 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Drugie śniadanie

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Obiad

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

GALARETKA 500 ML

### Podwieczorek

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

BUDYŃ NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 ML (G) /alergeny: mleko/

### Cały dzień

Kaloryczność: 1915 kcal

BIĄŁKO 96,75 g; WĘGLOWODANY 220,86 g; Cukry proste 133,99 g; TŁUSZCZE 72,52 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 33,32 g; BŁONNIK 6,02 g; Sól 2,06 g

## Dieta: ROZDROBNIONA

### Śniadanie

MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

PASTA Z JAJ 100 G /alergeny: jaja; mleko; gorczyca/

POŁĘDWICA DROBIOWA 50 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

KAWA ZBOŻOWA 200 G (G) /alergeny: gluten; mleko/

### Obiad

JARZYNOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/

SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

BANAN 200 G

### Kolacja

POŁĘDWICA SOPOCKA 50 G /alergeny: gluten; soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2242 kcal

BIAŁKO 108,64 g; WĘGLOWODANY 294,43 g; Cukry proste 72,16 g; TŁUSZCZE 75,38 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 39,51 g; BŁONNIK 28,34 g; Sól 5,37 g

## Dieta: WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

KURCZAK GOTOWANY - W CAŁOŚCI 180 G (G)

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

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/

MARCHEW Z BROKUŁEM GOTOWANA 150 G (G) /alergeny: mleko/

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

BANAN 200 G

### Kolacja

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

SZYNKA BEZGLUTENOWA 70 G /alergeny: jaja; soja; mleko; seler; gorczyca/

SAŁATA 15 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2117 kcal

BIAŁKO 109,80 g; WĘGLOWODANY 299,77 g; Cukry proste 72,59 g; TŁUSZCZE 58,26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 24,36 g; BŁONNIK 27,37 g; Sól 3,35 g

## Dieta: WEGETARIAŃSKA

### Śniadanie

MLECZNA Z PŁATKAMI 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko/

2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/

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

ZIEMNIACZANA spec. 400 ML (G)

ZAPIEKANKA Z ZIEMNIAKÓW I WARZYW 350 G (P) /alergeny: seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

BANAN 200 G

### Kolacja

WARZYWA PIECZONE 350 G (P)

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2324 kcal

BIAŁKO 74,25 g; WĘGLOWODANY 351,66 g; Cukry proste 83,36 g; TŁUSZCZE 77,58 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 35,70 g; BŁONNIK 40,61 g; Sól 3,72 g