

Jadłospis z dnia: 2024-11-22

**SPOSOBY OBRÓBKI 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/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

RUKOLA 10 G

CHLEB PSZENNO-ŻYTNY (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**

BARSZCZ UKRAIŃSKI 400 ML (G) /alergeny: gluten; soja; mleko; seler/

KOPYTKA 350 G (G) /alergeny: gluten; jaja/

KAPUSTA KISZONA GOTOWANA 150 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

KIWI 100 G



### **Kolacja**

SER ŻÓŁTY 50 G /alergeny: mleko/

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

POMIDOR 70 G

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (2 KROMKI) 70 G /alergeny: gluten/

CHLEB GRAHAM (1 KROMKA) 30 G /alergeny: gluten/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2372 kcal

BIAŁKO 89,07 g; WĘGLOWODANY 323,41 g; Cukry proste 59,65 g; TŁUSZCZE 86,60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 42,72 g; BŁONNIK 33,99 g; Sól 7,00 g

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

RUKOLA 10 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

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

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

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

BROKUŁY ŚWIEŻE GOTOWANE 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

BANAN 200 G

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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

POMIDOR 70 G

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2125 kcal

BIAŁKO 105,73 g; WĘGLOWODANY 292,75 g; Cukry proste 67,93 g; TŁUSZCZE 63,81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 35,23 g; BŁONNIK 25,75 g; Sól 3,86 g

## DIETA CUKRZYCOWA

### Śniadanie

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/  
SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/  
RUKOLA 10 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

BARSZCZ UKRAIŃSKI 400 ML (G) /alergeny: gluten; soja; mleko; seler/  
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/  
SOS POMIDOROWY DIET. 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/  
KAPUSTA KISZONA GOTOWANA 150 G (G)  
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)  
KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)  
KIWI 100 G

### Podwieczorek

SOK POMIDOROWY 300 ML

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/  
POŁĘDWICA DROBIOWA 70 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/  
POMIDOR 70 G  
WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/  
CHLEB GRAHAM ( 4 KROMKI ) 120 G /alergeny: gluten/  
MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2002 kcal

BIAŁKO 121,52 g; WĘGLOWODANY 274,27 g; Cukry proste 52,41 g; TŁUSZCZE 53,91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,38 g; BŁONNIK 38,50 g; Sól 7,57 g

## DIETA BEZGLUTENOWA

### Śniadanie

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)  
2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/  
RUKOLA 10 G  
CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)  
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/  
BROKUŁY ŚWIEŻE GOTOWANE 150 G (G)  
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 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/  
POMIDOR 70 G  
WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/  
MUS WARZYWNO-OWOCOWY 100G  
CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2070 kcal

BIAŁKO 114,37 g; WĘGLOWODANY 232,04 g; Cukry proste 51,21 g; TŁUSZCZE 77,06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 33,25 g; BŁONNIK 21,12 g; Sól 3,89 g

## DIETA BEZMLECZNA

### Śniadanie

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)  
SCHAB PIECZONY 30 G /alergeny: mleko/  
2 JAJA 100 G (G) /alergeny: jaja/  
RUKOLA 10 G  
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
HERBATA 200 G

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)  
RYBA GOTOWANA (miruna) 100 G (G) /alergeny: ryby; seler/  
BROKUŁY ŚWIEŻE GOTOWANE 150 G (G)  
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)  
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)  
BANAN 200 G

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G  
POŁĘDWICA DROBIOWA 30 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/  
POMIDOR 70 G  
MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/  
MARGARYNA JEDNOPORCJOWA  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 1973 kcal

BIAŁKO 129,39 g; WĘGLOWODANY 249,33 g; Cukry proste 46,77 g; TŁUSZCZE 55,65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 16,46 g; BŁONNIK 24,87 g; Sól 3,99 g

## DIETA BOGATOBIAŁKOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

RUKOLA 10 G

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

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

### Obiad

RYŻOWA 400 ML (G) /alergeny: seler/

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

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

BROKUŁY ŚWIEŻE GOTOWANE 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

BANAN 200 G

### Podwieczorek

JOGURT TYPU SKYR 140 G /alergeny: soja; mleko/

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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

POMIDOR 70 G

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2299 kcal

BIAŁKO 127,58 g; WĘGLOWODANY 308,35 g; Cukry proste 80,53 g; TŁUSZCZE 66,81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,02 g; BŁONNIK 25,75 g; Sól 4,31 g

## DIETA HIPOALERGICZNA

### Śniadanie

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G (G)

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

BROKUŁY ŚWIEŻE GOTOWANE 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

JABŁKO 200 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: 2421 kcal

BIAŁKO 126,45 g; WĘGLOWODANY 334,24 g; Cukry proste 62,97 g; TŁUSZCZE 69,16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 32,30 g; BŁONNIK 26,57 g; Sól 3,18 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 NISKOBIAŁKOWA

### Śniadanie

RYŻ Z JABŁKIEM b/ml 300 G (G)  
SCHAB PIECZONY 30 G /alergeny: mleko/  
POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G  
RUKOLA 10 G  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)  
MAKARON Z WARZYWAMI W BIAŁYM SOSIE 350 G (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/  
KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)  
BANAN 200 G

### Kolacja

ZAPIEKANKA Z ZIEMNIAKÓW I WARZYW 350 G (P) /alergeny: seler/  
POŁĘDWICA DROBIOWA 30 G /alergeny: soja; orzechy; seler; sezam/  
POMIDOR 70 G  
MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNIA (3 KROMKI) 100 G /alergeny: gluten/  
MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/  
HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2318 kcal

BIAŁKO 61,66 g; WĘGLOWODANY 410,13 g; Cukry proste 88,15 g; TŁUSZCZE 55,88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 26,32 g; BŁONNIK 39,49 g; Sól 3,38 g

## DIETA NISKOSODOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

JAJKO 50 G (G) /alergeny: jaja/

RUKOLA 10 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

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

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

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

BROKUŁY ŚWIEŻE GOTOWANE 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

JABŁKO 250 G

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

RUKOLA 10 G

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2203 kcal

BIAŁKO 140,79 g; WĘGLOWODANY 277,70 g; Cukry proste 62,82 g; TŁUSZCZE 63,51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 22,66 g; BŁONNIK 26,50 g; Sól 3,71 g

## DIETA PAPKOWATA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

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

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

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

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

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

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

BROKUŁY ŚWIEŻE GOTOWANE 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

BANAN 200 G

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2377 kcal

BIAŁKO 131,56 g; WĘGLOWODANY 293,04 g; Cukry proste 66,63 g; TŁUSZCZE 80,07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 39,28 g; BŁONNIK 25,11 g; Sól 4,54 g

## DIETA PŁYNNA

### Śniadanie

PŁYNNA MLECZNA Z ZACIERKĄ MAKARONOWĄ 500 ML /alergeny: gluten; mleko; seler/

### Drugie śniadanie

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G)

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

GALARETKA 500 ML

### Podwieczorek

JOGURT OWOCOWY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

BROKUŁOWA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

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

### Cały dzień

Kaloryczność: 2031 kcal

BIAŁKO 98,31 g; WĘGLOWODANY 232,50 g; Cukry proste 136,44 g; TŁUSZCZE 79,36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 38,21 g; BŁONNIK 6,32 g; Sól 1,99 g

## DIETA ROZDROBNIONA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

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

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

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

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

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

BROKUŁY ŚWIEŻE GOTOWANE 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

BANAN 200 G

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

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

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2265 kcal

BIAŁKO 113,16 g; WĘGLOWODANY 291,65 g; Cukry proste 65,86 g; TŁUSZCZE 76,22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 37,73 g; BŁONNIK 24,54 g; Sól 4,38 g

## DIETA WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)

SCHAB PIECZONY 50 G /alergeny: mleko/

RUKOLA 10 G

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

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

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

### Obiad

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

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

BROKUŁY ŚWIEŻE GOTOWANE 150 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

BANAN 200 G

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

TWARÓG W PŁASTRACH 50 G /alergeny: mleko/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 10 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2191 kcal

BIAŁKO 142,74 g; WĘGLOWODANY 285,02 g; Cukry proste 64,00 g; TŁUSZCZE 58,10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 25,22 g; BŁONNIK 25,76 g; Sól 3,51 g

## DIETA WEGETARIAŃSKA

### Śniadanie

MLECZNA Z MAKARONOWĄ ZACIERKĄ 300 ML (G) /alergeny: gluten; mleko; seler/

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

RUKOLA 10 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

RYŻOWA spec. 400 ML (G)

MAKARON Z WARZYWAMI W BIAŁYM SOSIE 350 G (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

BANAN 200 G

### Kolacja

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

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

POMIDOR 70 G

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2391 kcal

BIAŁKO 82,69 g; WĘGLOWODANY 362,30 g; Cukry proste 79,56 g; TŁUSZCZE 75,32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 36,36 g; BŁONNIK 36,99 g; Sól 3,44 g