

Jadłospis z dnia: 2025-01-17

**SPOSOBY OBRÓBKI POSIŁKU**

**(G) – Gotowanie**

**(S) – Smażenie**

**(P) – Pieczenie**

**(D) - Duszenie**

**DIETA PODSTAWOWA**

**Śniadanie**

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

PASTA Z SOCZEWICY I MARCHEWKI 70 G /alergeny: gluten; orzechy; soja; seler; gorczyca; sezam/

SZYNKOWA 30 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

SAŁATA 15 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

ZUPA SZCZAWIOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; soja; mleko; seler; gorczyca/

PIEROGI LENIWE 300 G (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

MUS BRZOSKWINIOWY 100 G /alergeny: seler/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)



## Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

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

CYTRYNA 15 G

## Cały dzień

Kaloryczność: 2382 kcal

BIAŁKO 113,80 g; WĘGLOWODANY 312,24 g; Cukry proste 84,17 g; TŁUSZCZE 79,72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 43,13 g; BŁONNIK 27,35 g; Sól 4,91 g

## Dieta: ŁATWOSTRAWNA

### Śniadanie

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

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

SZYNKOWA 30 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

SAŁATA 15 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

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

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

SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 G

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

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2129 kcal

BIAŁKO 95,82 g; WĘGLOWODANY 285,52 g; Cukry proste 63,91 g; TŁUSZCZE 71,96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 38,12 g; BŁONNIK 27,98 g; Sól 5,76 g

## Dieta: CUKRZYCOWA

### Śniadanie

PASTA Z SOCZEWICY I MARCHEWKI 70 G /alergeny: gluten; orzechy; soja; seler; gorczyca; sezam/

SZYNKOWA 30 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

SAŁATA 15 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

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

WODA MINERALNA N/GAZ 0,5 - PACJENCI

### Obiad

ZUPA SZCZAWIOWA 400 ML (G) /alergeny: gluten; soja; mleko; seler; gorczyca/

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

SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

SURÓWKA Z KAPUSTY BIAŁEJ b/c 100 G

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY b/cukru 200 ML (G)

### Podwieczorek

JABŁKO 250 G

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

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

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2056 kcal

BIAŁKO 114,20 g; WĘGLOWODANY 283,82 g; Cukry proste 47,49 g; TŁUSZCZE 58,06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 26,21 g; BŁONNIK 36,79 g; Sól 8,38 g

## **Dieta: BEZGLUTENOWA**

### **Śniadanie**

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

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

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

SAŁATA 15 G

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### **Obiad**

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

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

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### **Kolacja**

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

POWIDŁA 25 G

POMIDOR 70 G

WAFLE RYŻOWE WIELOZIARNISTE 30G /alergeny: soja/

CHLEB BEZGLUTENOWY 66 G

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### **Cały dzień**

Kaloryczność: 2015 kcal

BIAŁKO 79,73 g; WĘGLOWODANY 280,01 g; Cukry proste 58,18 g; TŁUSZCZE 65,94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 27,82 g; BŁONNIK 23,94 g; Sól 4,75 g

## Dieta: BEZMLECZNA

### Śniadanie

JAGLANKA Z MUSEM JABŁKOWYM B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/

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

SZYNKOWA 30 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

SAŁATA 15 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

### Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

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

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

POMIDOR 70 G

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2051 kcal

BIAŁKO 101,94 g; WĘGLOWODANY 295,85 g; Cukry proste 54,80 g; TŁUSZCZE 56,59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 15,76 g; BŁONNIK 28,31 g; Sól 6,09 g

## Dieta: BOGATOBIAŁKOWA

### Śniadanie

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

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 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

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

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

SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Podwieczorek

SER HOMOGENIZOWANY 150 G /alergeny: mleko/

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 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

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2407 kcal

BIAŁKO 138,32 g; WĘGLOWODANY 296,24 g; Cukry proste 77,69 g; TŁUSZCZE 79,08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 44,13 g; BŁONNIK 27,58 g; Sól 8,01 g

## Dieta: HIPOALERGICZNA

### Śniadanie

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G  
SAŁATA 15 G  
JABŁKO 200 G  
CHLEB PSZENNO-ŻYTNI (3 KROMKI) 100 G **/alergeny: gluten/**  
MASŁO NATURALNE 20 G **/alergeny: mleko/**  
HERBATA 200 G

### Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)  
SCHAB GOTOWANY spec. 100 G (G)  
BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)  
ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)  
KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)  
JABŁKO GOTOWANE 250G (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: 2173 kcal

BIAŁKO 110,99 g; WĘGLOWODANY 275,94 g; Cukry proste 58,93 g; TŁUSZCZE 75,17 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 33,10 g; BŁONNIK 31,39 g; Sól 4,19 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

BIĄŁKO 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

JAGLANKA Z MUSEM JABŁKOWYM B/ML 300 G (G) /alergeny: soja/

SZYNKOWA 30 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

SAŁATA 15 G

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

MASŁO NATURALNE 20 G /alergeny: mleko/

HERBATA 200 G

### Obiad

BARSZCZ Z ZIEMNIAKAMI 400 ML (G) /alergeny: gluten; soja; 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 (P) /alergeny: mleko; seler/

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 30 G /alergeny: soja/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 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

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2263 kcal

BIAŁKO 60,12 g; WĘGLOWODANY 394,63 g; Cukry proste 68,53 g; TŁUSZCZE 56,83 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 30,17 g; BŁONNIK 37,30 g; Sól 4,64 g

## Dieta: NISKOSODOWA

### Śniadanie

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

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

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 G

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

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

### Obiad

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

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

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

MUS OWOCOWO-ZBOŻOWY 100 G /alergeny: gluten/

MARGARYNA JEDNOPORCJOWA

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

HERBATA 200 G

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2089 kcal

BIAŁKO 118,43 g; WĘGLOWODANY 268,49 g; Cukry proste 54,48 g; TŁUSZCZE 65,26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 23,37 g; BŁONNIK 27,17 g; Sól 4,96 g

## Dieta: PAPKOWATA

### Śniadanie

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

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

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; 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

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

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

SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

POWIDŁA 25 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

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2234 kcal

BIAŁKO 107,27 g; WĘGLOWODANY 283,69 g; Cukry proste 62,46 g; TŁUSZCZE 79,12 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 40,17 g; BŁONNIK 27,01 g; Sól 7,15 g

## **Dieta: PŁYNNNA**

### **Śniadanie**

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

### **Drugie śniadanie**

KISIEL NA DIETĘ PŁYNNĄ 500 G (G) /alergeny: seler/

JOGURT NATURALNY 150 G /alergeny: mleko/

### **Obiad**

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

KURCZAK GOTOWANY NA PŁYNNĄ 100 G (G)

GALARETKA 500 ML

### **Podwieczorek**

JOGURT OWOCOWY 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: 1897 kcal

BIAŁKO 95,69 g; WĘGLOWODANY 220,43 g; Cukry proste 139,70 g; TŁUSZCZE 71,86 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 32,88 g; BŁONNIK 8,57 g; Sól 2,14 g

## Dieta: ROZDROBNIONA

### Śniadanie

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

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

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; 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

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

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

SOS KOPERKOWY 100 G /alergeny: gluten; mleko; seler/

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

SZYNKA WIEPRZOWA GOTOWANA 50 G /alergeny: soja/

POWIDŁA 25 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

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2234 kcal

BIAŁKO 107,27 g; WĘGLOWODANY 283,69 g; Cukry proste 62,46 g; TŁUSZCZE 79,12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone 40,17 g; BŁONNIK 27,01 g; Sól 7,15 g

## Dieta: WĄTROBOWO-ŻOŁĄDKOWA

### Śniadanie

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

SZYNKOWA 50 G /alergeny: gluten; seler; gorczyca/

SEREK WIEJSKI 150 G /alergeny: mleko/

SAŁATA 15 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

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

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

BROKUŁY GOTOWANE 120 G (G)

ZIEMNIAKI Z NATKĄ PIETRUSZKI 200 G (G)

KOMPOT Z JABŁEK 200 ML (G)

### Kolacja

PASTA Z KURCZAKA spec. 120 G

TWARÓG W PLASTRACH 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: 2057 kcal

BIAŁKO 115,16 g; WĘGLOWODANY 270,68 g; Cukry proste 58,87 g; TŁUSZCZE 62,33 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 27,23 g; BŁONNIK 28,83 g; Sól 6,68 g

## Dieta: WEGETARIAŃSKA

### Śniadanie

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

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

PASTA Z SOCZEWICY I MARCHEWKI 70 G /alergeny: gluten; orzechy; soja; seler; gorczyca; sezam/

SAŁATA 15 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

MARCHWIANKA spec. 400 ML (G)

PIEROGI LENIWE 300 G (G) /alergeny: gluten; jaja; mleko/

SOS TRUSKAWKOWY 100 G /alergeny: soja/

KOMPOT OWOCOWY 200 ML (G)

### Kolacja

TWARÓG 120 G /alergeny: mleko/

POMIDOR BEZ SKÓRKI 70 G

POWIDŁA 25 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

CYTRYNA 15 G

### Cały dzień

Kaloryczność: 2503 kcal

BIAŁKO 118,44 g; WĘGLOWODANY 320,44 g; Cukry proste 85,77 g; TŁUSZCZE 88,01 g; Kwasy  
tłuszczowe nasycone 44,48 g; BŁONNIK 28,11 g; Sól 3,28 g