

	Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna dla położnic	
2023-11-27 poniedziałek	Śniadanie	kielbasa szynkowa pestki dyni kielbasa szynkowa cukinia z koperkiem Chleb z masłem, sałata zielona I (1, 4,) Kawa zbożowa z/c i mlekiem (4,) herbata z/c z cytryną	pestki dyni kielbasa szynkowa cukinia z koperkiem chleb z masłem, sałata zielona diety (4,) Kawa zbożowa z/c i mlekiem (4,) herbata z/c z cytryną	kielbasa szynkowa cukinia z koperkiem chleb z masłem, sałata zielona VII (1, 4,) herbata b/c	pestki dyni kielbasa szynkowa cukinia z koperkiem chleb z masłem, sałata zielona XIII (4,) Kawa zbożowa z/c i mlekiem (4,) herbata z/c z cytryną
	II ŚN		brokuły VII jogurt naturalny (4,) pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (5,) makaron z serem i masłem, mus truskawkowy (4,) kompot z/c	Barszcz czerwony z ziemniakami (5,) makaron z serem i masłem, mus jabłkowy (4,) kompot z/c	Barszcz czerwony z ziemniakami (5,) szynka gotowana VII makaron ciemny (1, 2,) surówka z porów (2, 4,) kompot b/c	Barszcz czerwony z ziemniakami (5,) makaron z serem i masłem, mus jabłkowy (4,) kompot z/c
	Kolacja	pasta z ryby i jarzyn rzodkiewka, szczypiorek Chleb z masłem, sałata zielona I (1, 4,) herbata z/c	pasta z ryby i jarzyn rzodkiewka, szczypiorek chleb z masłem, sałata zielona diety (4,) herbata z/c	ryba gotowana rzodkiewka, szczypiorek chleb z masłem, sałata zielona VII (1, 4,) herbata b/c	pasta z ryby i jarzyn rzodkiewka, szczypiorek chleb z masłem, sałata zielona XIII (4,) herbata z/c
	PN	koktajl porzeczkowy (4,)		fasolka szparagowa sok pomidorowy pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,)	koktajl porzeczkowy (4,)
		Wartość energetyczna: 2366.01 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Węglowodany ogółem: 350.08 g; Tłuszcz: 71.63 g; Kw. tł. nasycone: 31.25 g; Sól: 7.15 g; suma cukrów prostych: 121.75 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;	Wartość energetyczna: 2467.62 kcal; Białko ogółem: 101.72 g; Węglowodany ogółem: 362.56 g; Tłuszcz: 74.49 g; Kw. tł. nasycone: 32.96 g; Sól: 6.86 g; suma cukrów prostych: 132.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.05 g;	Wartość energetyczna: 2219.62 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Węglowodany ogółem: 249.90 g; Tłuszcz: 97.56 g; Kw. tł. nasycone: 37.75 g; Sól: 8.29 g; suma cukrów prostych: 50.72 g; Błonnik pokarmowy: 43.36 g;	Wartość energetyczna: 2449.87 kcal; Białko ogółem: 100.27 g; Węglowodany ogółem: 374.87 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kw. tł. nasycone: 28.50 g; Sól: 7.22 g; suma cukrów prostych: 135.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.55 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna dla położnic
2023-11-28 wtorek	Sniadanie	dżem porzeczkowy kasza kukurydziana na mleku (4,_) jabłko Chleb z masłem, sałata zielona I (1,4,_) herbata z/c z cytryną	dżem porzeczkowy kasza kukurydziana na mleku (4,_) jabłko chleb z masłem, sałata zielona diety (4,_) herbata z/c z cytryną	poledwica sopocka bukiet jarzyn chleb z masłem, sałata zielona VII (1,4,_) herbata b/c	dżem porzeczkowy kasza kukurydziana na mleku (4,_) jabłko chleb z masłem, sałata zielona XIII (4,_) herbata z/c z cytryną
	II ŚN			twarożek z zieleniną seler naciowy pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,_)	
	Obiad	Dyniowa ze słonecznikiem (5,_) schab duszony w sosie pieczarkowym (1,_) Ziemniaki surówka z kapusty pekińskiej kompot truskawkowy	dyniowa ze słonecznikiem diety (4,5,_) schab gotowany sos koperkowy (1,_) Ziemniaki surówka z pekińskiej diety kompot truskawkowy	szpinakowa z ziemniakami VII (5,_) schab gotowany Ziemniaki surówka z kapusty pekińskiej kompot b/c	dyniowa ze słonecznikiem diety (4,5,_) schab gotowany sos koperkowy (1,_) Ziemniaki surówka z pekińskiej diety kompot truskawkowy
	Kolacja	szynka z indyka (1,4,5,6,13,_) sałatka makaronowa diety (2,4,_) Chleb z masłem, sałata zielona I (1,4,_) herbata z/c z cytryną	szynka z indyka (1,4,5,6,13,_) sałatka makaronowa diety (2,4,_) chleb z masłem, sałata zielona diety (4,_) herbata z/c z cytryną	szynka z indyka (1,4,5,6,13,_) ogórek zielony chleb z masłem, sałata zielona VII (1,4,_) herbata b/c	szynka z indyka (1,4,5,6,13,_) sałatka makaronowa diety (2,4,_) chleb z masłem, sałata zielona XIII (4,_) herbata z/c z cytryną
	PN	koktajl bananowy (4,_)		jajko gotowane (2,_) marchew słupki pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,_)	koktajl bananowy (4,_)
		Wartość energetyczna: 2544.05 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Węglowodany ogółem: 370.76 g; Tłuszcz: 80.60 g; Kw. tł. nasycone: 30.40 g; Sól: 6.69 g; suma cukrów prostych: 141.14 g; Błonnik pokarmowy: 42.96 g;	Wartość energetyczna: 2493.12 kcal; Białko ogółem: 106.09 g; Węglowodany ogółem: 361.58 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tł. nasycone: 30.01 g; Sól: 6.07 g; suma cukrów prostych: 137.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.27 g;	Wartość energetyczna: 2204.38 kcal; Białko ogółem: 130.75 g; Węglowodany ogółem: 259.42 g; Tłuszcz: 81.69 g; Kw. tł. nasycone: 36.80 g; Sól: 7.60 g; suma cukrów prostych: 33.27 g; Błonnik pokarmowy: 45.86 g;	Wartość energetyczna: 2472.34 kcal; Białko ogółem: 104.47 g; Węglowodany ogółem: 371.62 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nasycone: 25.95 g; Sól: 6.18 g; suma cukrów prostych: 138.13 g; Błonnik pokarmowy: 36.94 g;

	Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna dla położnic	
2023-11-29 środa	<b>Śniadanie</b>	pieczeń wieprzowa papryka zielona Chleb z masłem, sałata zielona I (1, 4,)	ogonówka chleb z masłem, sałata zielona diety (4,)	chleb z masłem, sałata zielona VII (1, 4,)	ogonówka chleb z masłem, sałata zielona XIII (4,)
	<b>II ŚN</b>		jogurt naturalny (4,)		marchew słupek pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,)
	<b>Obiad</b>	Jarzynowa z ziemniakami I (5,)	Jarzynowa z ziemniakami diety (5,)	Jarzynowa VII (5,)	Jarzynowa z ziemniakami diety (5,)
		gołąbki w sosie pomidorowym I (1,)	pulpet z sosem pomidorowym diety (1, 2,)	filet z drobiu gotowany ryż na sypko VII (1,)	pulpet z sosem pomidorowym diety (1, 2,)
		jabłko kompot porzeczkowy z/c	Ryż na sypko marchewka z groszkiem jabłko kompot porzeczkowy z/c	Sałata zielona z jogurtem (4,)	Ryż na sypko marchewka z groszkiem jabłko kompot porzeczkowy z/c
	<b>Kolacja</b>	twarożek ze szczypiorkiem Pomidor Chleb z masłem, sałata zielona I (1, 4,)	twarożek ze szczypiorkiem Pomidor Chleb z masłem, sałata zielona diety (4,)	twarożek ze szczypiorkiem Pomidor Chleb z masłem, sałata zielona VII (1, 4,)	twarożek ze szczypiorkiem Pomidor Chleb z masłem, sałata zielona XIII (4,)
	herbata z/c z cytryną	herbata z/c z cytryną	herbata b/c	herbata z/c z cytryną	
<b>PN</b>	koktajl truskawkowy (4,)		blok z indyka pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,)		ogórek kiszony koktajl truskawkowy (4,)
	Wartość energetyczna: 2414.05 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Węglowodany ogółem: 366.92 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tł. nasycone: 32.18 g; Sól: 5.18 g; suma cukrów prostych: 116.66 g; Błonnik pokarmowy: 41.04 g;	Wartość energetyczna: 2494.10 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kw. tł. nasycone: 31.67 g; Sól: 6.33 g; suma cukrów prostych: 110.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g;	Wartość energetyczna: 2165.19 kcal; Białko ogółem: 125.98 g; Węglowodany ogółem: 266.27 g; Tłuszcz: 76.28 g; Kw. tł. nasycone: 35.76 g; Sól: 9.55 g; suma cukrów prostych: 44.07 g; Błonnik pokarmowy: 45.02 g;	Wartość energetyczna: 2498.86 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Węglowodany ogółem: 355.81 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasycone: 26.88 g; Sól: 6.27 g; suma cukrów prostych: 111.96 g; Błonnik pokarmowy: 33.56 g;	

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna dla położnic
2023-11-30 czwartek	Sniadanie	kielbasa krakowska ogórek kiszony Chleb z masłem, sałata zielona I (1, 4,) herbata z/c z cytryną kakao z/c i mlekiem (4,)	kielbasa dębicka marchew mini chleb z masłem, sałata zielona diety (4,) herbata z/c z cytryną kakao z/c i mlekiem (4,)	kielbasa krakowska ogórek kiszony chleb z masłem, sałata zielona VII (1, 4,) herbata b/c	kielbasa dębicka marchew mini chleb z masłem, sałata zielona XIII (4,) herbata z/c z cytryną kakao z/c i mlekiem (4,)
	II ŚN			sok pomidorowy fasolka szparagowa pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,)	
	Obiad	Kapuśniak z ziemniakami (5,) gulasz wieprzowy kasza gryczana buraczki z cebulką kompot agrestowy z/c	koperkowa z zacierką (5,) potrawka drobiowa z cukinią diety kasza jęczmienna (1,) buraczki z jogurtem (4,) kompot agrestowy z/c	koperkowa z ryżem VII (1, 5,) filet drobiowy z cukinią VII kasza gryczana surówka z buraka kompot b/c	koperkowa z zacierką (5,) potrawka drobiowa z cukinią diety kasza jęczmienna (1,) buraczki z jogurtem (4,) kompot agrestowy z/c
	Kolacja	pasta warzywna (5,) dynia z koperkiem Chleb z masłem, sałata zielona I (1, 4,) herbata z/c z cytryną	pasta warzywna (5,) dynia z koperkiem chleb z masłem, sałata zielona diety (4,) herbata z/c z cytryną	poledwica sopocka Pomidor chleb z masłem, sałata zielona VII (1, 4,) herbata b/c	pasta warzywna (5,) dynia z koperkiem chleb z masłem, sałata zielona XIII (4,) herbata z/c z cytryną
	PN	morele i orzechy (11, 12, 13, 14, SO2,)		jajko gotowane (2,) brokuły VII pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,)	morele i orzechy (11, 12, 13, 14, SO2,)
		Wartość energetyczna: 2615.38 kcal; Białko ogółem: 112.70 g; Węglowodany ogółem: 333.11 g; Tłuszcz: 102.13 g; Kw. tł. nasycone: 33.36 g; Sól: 8.28 g; suma cukrów prostych: 110.71 g; Błonnik pokarmowy: 43.96 g;	Wartość energetyczna: 2618.50 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Węglowodany ogółem: 355.96 g; Tłuszcz: 99.44 g; Kw. tł. nasycone: 28.94 g; Sól: 7.43 g; suma cukrów prostych: 113.63 g; Błonnik pokarmowy: 41.96 g;	Wartość energetyczna: 2448.67 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Węglowodany ogółem: 261.04 g; Tłuszcz: 114.54 g; Kw. tł. nasycone: 39.33 g; Sól: 11.28 g; suma cukrów prostych: 41.78 g; Błonnik pokarmowy: 47.12 g;	Wartość energetyczna: 2614.27 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Węglowodany ogółem: 364.08 g; Tłuszcz: 95.95 g; Kw. tł. nasycone: 24.50 g; Sól: 7.43 g; suma cukrów prostych: 119.75 g; Błonnik pokarmowy: 44.30 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna dla położnic
2023-12-01 piątek	Śniadanie	ser żółty (4.) rzodkiewka, szczypiorek Chleb z masłem, sałata zielona I (1, 4.) kakao z/c i mlekiem (4.) herbata z/c z cytryną	poledwica sopocka cukinia z koperkiem chleb z masłem, sałata zielona diety (4.) kakao z/c i mlekiem (4.) herbata z/c z cytryną	poledwica sopocka rzodkiewka, szczypiorek chleb z masłem, sałata zielona VII (1, 4.) herbata b/c	poledwica sopocka cukinia z koperkiem chleb z masłem, sałata zielona XIII (4.) kakao z/c i mlekiem (4.) herbata z/c z cytryną
	II SN			twarożek cukinia z koperkiem pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4.)	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami (1, 4, 5, 6, 12, 13.) Kotlet rybny (1, 2.) Ziemniaki surówka z kiszzonej kapusty kissiel z tartym jabłkiem	Krupnik z ziemniakami (1, 5.) ryba gotowana Ziemniaki surówka z pekińskiej diety kissiel z tartym jabłkiem	Krupnik z ziemniakami (1, 5.) ryba gotowana Ziemniaki surówka z kiszzonej kapusty woda z cytryną	Krupnik z ziemniakami (1, 5.) ryba gotowana Ziemniaki surówka z pekińskiej diety kissiel z tartym jabłkiem
	Kolacja	jajko gotowane (2.) Pomidor Chleb z masłem, sałata zielona I (1, 4.) herbata z/c z cytryną	jajko gotowane (2.) Pomidor chleb z masłem, sałata zielona diety (4.) herbata z/c z cytryną	jajko gotowane (2.) Pomidor chleb z masłem, sałata zielona VII (1, 4.) herbata b/c	jajko gotowane (2.) Pomidor chleb z masłem, sałata zielona XIII (4.) herbata z/c z cytryną
	PN	koktajl z jabłkiem (4.)		kefir (4.) sałata lodowa z papryką pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4.)	koktajl z jabłkiem (4.)
	Wartość energetyczna: 2602.50 kcal; Białko ogółem: 105.62 g; Węglowodany ogółem: 358.34 g; Tłuszcz: 91.60 g; Kw. tł. nasycone: 30.26 g; Sól: 8.20 g; suma cukrów prostych: 100.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.45 g;	Wartość energetyczna: 2483.30 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Węglowodany ogółem: 321.96 g; Tłuszcz: 87.24 g; Kw. tł. nasycone: 29.55 g; Sól: 6.74 g; suma cukrów prostych: 100.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.01 g;	Wartość energetyczna: 2324.21 kcal; Białko ogółem: 115.64 g; Węglowodany ogółem: 245.55 g; Tłuszcz: 106.09 g; Kw. tł. nasycone: 35.85 g; Sól: 7.50 g; suma cukrów prostych: 34.69 g; Błonnik pokarmowy: 38.18 g;	Wartość energetyczna: 2413.00 kcal; Białko ogółem: 114.31 g; Węglowodany ogółem: 322.97 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasycone: 24.23 g; Sól: 6.81 g; suma cukrów prostych: 101.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;	

	Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna dla położnic	
2023-12-02 sobota	<b>Śniadanie</b>	miód (7,_) kasza jaglana na mleku (4,_) kiwi Chleb z masłem, sałata zielona I (1,4,_) herbata z/c z cytryną	miód (7,_) kasza jaglana na mleku (4,_) jabłko chleb z masłem, sałata zielona diety (4,_) herbata z/c z cytryną	szynka gotowana bukiet jarzyn chleb z masłem, sałata zielona VII (1,4,_) herbata b/c	miód (7,_) kasza jaglana na mleku (4,_) jabłko chleb z masłem, sałata zielona XIII (4,_) herbata z/c z cytryną
	<b>II ŚN</b>		jogurt naturalny (4,_) marchew súpki pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,_)		
	<b>Obiad</b>	ziemniaczana z boczkiem (5,_) makaron z sosem bolonese I brokuły VII kompot porzeczkowy z/c	ziemniaczana z zieleniną diety (5,_) makaron z sosem mięsnym diety jarzynka gotowana kompot porzeczkowy z/c	ziemniaczana z zieleniną diety (5,_) wieprzowina z cukinią VII (4,_) makaron ciemny (1,2,_) brokuły VII kompot b/c	ziemniaczana z zieleniną diety (5,_) makaron z sosem mięsnym diety jarzynka gotowana kompot porzeczkowy z/c
	<b>Kolacja</b>	ogonówka papryka zielona Chleb z masłem, sałata zielona I (1,4,_) herbata z/c z cytryną	ogonówka buraczek plastry chleb z masłem, sałata zielona diety (4,_) herbata z/c z cytryną	ogonówka papryka zielona chleb z masłem, sałata zielona VII (1,4,_) herbata b/c	ogonówka buraczek plastry chleb z masłem, sałata zielona XIII (4,_) herbata z/c z cytryną
	<b>PN</b>	banan i kefir (4,_)		twarożek ogórek kiszony pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,_)	banan i kefir (4,_)
		Wartość energetyczna: 2486.89 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Węglowodany ogółem: 399.31 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw. tł. nasycone: 24.66 g; Sól: 6.49 g; suma cukrów prostych: 120.40 g; Błonnik pokarmowy: 35.95 g;	Wartość energetyczna: 2561.26 kcal; Białko ogółem: 96.83 g; Węglowodany ogółem: 411.58 g; Tłuszcz: 66.24 g; Kw. tł. nasycone: 28.82 g; Sól: 6.23 g; suma cukrów prostych: 126.48 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g;	Wartość energetyczna: 2166.14 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Węglowodany ogółem: 273.43 g; Tłuszcz: 82.03 g; Kw. tł. nasycone: 36.52 g; Sól: 9.35 g; suma cukrów prostych: 48.83 g; Błonnik pokarmowy: 47.78 g;	Wartość energetyczna: 2478.46 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Węglowodany ogółem: 412.50 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasycone: 23.34 g; Sól: 6.15 g; suma cukrów prostych: 127.42 g; Błonnik pokarmowy: 34.78 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Łatwostrawna dla położnic
2023-12-03 niedziela	Śniadanie	poledwica sopocka Pomidor Pestki słonecznika Chleb z masłem, sałata zielona I (1, 4,) herbata z/c z cytryną	poledwica sopocka Pomidor Pestki słonecznika chleb z masłem, sałata zielona diety (4,) herbata z/c z cytryną	poledwica sopocka Pomidor Pestki słonecznika chleb z masłem, sałata zielona VII (1, 4,) herbata b/c	poledwica sopocka Pomidor Pestki słonecznika chleb z masłem, sałata zielona diety (4,) herbata z/c z cytryną
	II ŚN			jogurt naturalny (4,) brokuły VII pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,)	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (5, 2,) kotlet schabowy (1, 2,) Ziemniaki kapusta czerwona kompot z/c	Szpinakowa z ziemniakami (5, 4,) schab w sosie potrawkowym (1, 4,) Ziemniaki buraczki z jogurtem (4,) kompot z/c	Szpinakowa z ziemniakami (5, 4,) schab gotowany Ziemniaki kapusta czerwona kompot b/c	Szpinakowa z ziemniakami (5, 4,) schab w sosie potrawkowym (1, 4,) Ziemniaki buraczki z jogurtem (4,) kompot z/c
	Kolacja	blok z indyka ogórek zielony Chleb z masłem, sałata zielona I (1, 4,) herbata z/c z cytryną	blok z indyka cukinia z koperkiem chleb z masłem, sałata zielona diety (4,) herbata z/c z cytryną	blok z indyka ogórek zielony chleb z masłem, sałata zielona VII (1, 4,) herbata b/c	blok z indyka cukinia z koperkiem chleb z masłem, sałata zielona diety (4,) herbata z/c z cytryną
	PN		jabłko z jogurtem (4,)	jajko gotowane (2,) marchew talarki pieczywo chrupkie, masło i sałata zielona (4,)	jabłko z jogurtem (4,)
		Wartość energetyczna: 2366.01 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Węglowodany ogółem: 323.24 g; Tłuszcz: 81.82 g; Kw. tł. nasycone: 25.27 g; Sól: 7.53 g; suma cukrów prostych: 90.81 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g;	Wartość energetyczna: 2235.08 kcal; Białko ogółem: 108.50 g; Węglowodany ogółem: 309.80 g; Tłuszcz: 69.03 g; Kw. tł. nasycone: 31.19 g; Sól: 7.59 g; suma cukrów prostych: 95.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g;	Wartość energetyczna: 2328.22 kcal; Białko ogółem: 128.40 g; Węglowodany ogółem: 245.69 g; Tłuszcz: 102.41 g; Kw. tł. nasycone: 38.88 g; Sól: 7.76 g; suma cukrów prostych: 46.57 g; Błonnik pokarmowy: 44.43 g;	Wartość energetyczna: 2292.43 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Węglowodany ogółem: 321.25 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasycone: 31.49 g; Sól: 7.61 g; suma cukrów prostych: 96.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

- 1 - *Zboża zawierające gluten,*
- 2 - *Jaja i pochodne,*
- 3 - *Ryby i pochodne,*
- 4 - *Mleko i pochodne,*
- 5 - *Seler i pochodne,*
- 6 - *Gorczyca i pochodne,*
- 7 - *Miód,*
- 8 - *Truskawki,*
- 9 - *Pomidory i przetwory,*
- 10 - *Kakao i prod. czekoladopochodne,*
- 11 - *Nasiona sezamu i pochodne,*
- 12 - *Orzechy,*
- 13 - *Soja i pochodne,*
- 14 - *Orzeszki ziemne i pochodne,*

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

- Wartość energetyczna - Wartość energetyczna[kcal],*  
*Białko ogółem - Białko ogółem,*  
*Tłuszcz - Tłuszcz,*  
*Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,*  
*Sól - Sól,*  
*Kw. tł. nasycone - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,*  
*Błonnik pokarmowy - Błonnik pokarmowy,*  
*suma cukrów prostych - suma cukrów prostych,*  
*- WW,*