

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-25 do dnia 2023-12-31 UCK

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-12-25 poniedziałek	Podstawowa D UCK	Lane ciasto na mleku 150 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ŻYT) Pomidor <sup>^</sup> 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Kielbasa śląska Bieleśz 0,5 szt (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR) Ketchup 25g 1 szt szpinak baby 10 g	Mandarynki 150 g Jogurt owocowy 1 szt (7 BIA) Sernik 50 g	Rosół z makaronem <sup>^</sup> 150 ml (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Bitka duszona z szynki w sosie własnym 50 g (1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Kluski śląskie 100 g (1 GLU, 3 JAJ) Surówka z kapusty czerwonej <sup>^</sup> 80 g (10 GOR) Kompot b.c. 300 ml	Schab Cygański Dobra Marka 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Salatka jarzynowa . 60 g (3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, ROŚ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Ogórek zielony 50 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowy <sup>^</sup> 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 874</b> <b>Białko ogółem [g] 72,1</b> <b>Tłuszcz [g] 77,8</b> <b>Węglowodany przyswajalne [g] 191,5</b> <b>Sód [mg] 2 520,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 35,2</b> <b>suma cukrów prostych [g] 56,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8</b>
	Łatwostrawna D UCK	Lane ciasto na mleku 150 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Herbata b/c 300 ml Bułka długa 50 g (1 GLU) Pomidor <sup>^</sup> 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Kielbasa śląska Bieleśz 0,5 szt (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR) Ketchup 25g 1 szt szpinak baby 10 g	Jabłko 1 szt Jogurt owocowy 1 szt (7 BIA) Sernik 50 g	Rosół z makaronem <sup>^</sup> 150 ml (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Bitka gotowana z szynki 50 g Kluski śląskie 100 g (1 GLU, 3 JAJ) Buraczki gotowane oprószane <sup>^</sup> 80 g (1 GLU) Kompot b.c. 300 ml	Schab Cygański Dobra Marka 30 g Bułka długa 50 g (1 GLU) Salatka jarzynowa - dieta <sup>^</sup> 60 g (9 SEL) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml szpinak baby 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowy <sup>^</sup> 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 793</b> <b>Białko ogółem [g] 69,4</b> <b>Tłuszcz [g] 69</b> <b>Węglowodany przyswajalne [g] 195,8</b> <b>Sód [mg] 2 197,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,3</b> <b>suma cukrów prostych [g] 65</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4</b>
	Cukrzyca D UCK	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Pomidor <sup>^</sup> 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Kielbasa śląska Bieleśz 0,5 szt (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) Ketchup 25g 1 szt szpinak baby 10 g	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por	Rosół z makaronem <sup>^</sup> 150 ml (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Bitka gotowana z szynki 50 g Ziemniaki <sup>^</sup> 100 g (7 BIA) Surówka z kapusty czerwonej <sup>^</sup> 80 g (10 GOR) Kompot b.c. 300 ml	Schab Cygański Dobra Marka 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Salatka jarzynowa - dieta <sup>^</sup> 60 g (9 SEL) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Ogórek zielony 50 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Sok wielowarzywny 1 szt. 1 Por (9 SEL)	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 353,7</b> <b>Białko ogółem [g] 57,2</b> <b>Tłuszcz [g] 49,7</b> <b>Węglowodany przyswajalne [g] 148,1</b> <b>Sód [mg] 2 288,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 35</b> <b>suma cukrów prostych [g] 20,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16</b>
2023-12-26 wtorek	Podstawowa D UCK	Zacierka na mleku . 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ŻYT) Papryka św. 100 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) filet zapiekany Giżewski 30 g (6 SOJ) rukola 10 g	Pomarańcza 150 g Jogurt owocowy 1 szt (7 BIA) Piernik 50 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Ziemniaki <sup>^</sup> 100 g (7 BIA) Kompot b.c. 300 ml bitka schabowa w sosie własnym 50 g (1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Surówka meksykańska z kukurydzą <sup>^</sup> 80 g (ROŚ, 10 GOR)	Śledzik na raz 100g 1 szt (2 SKR, 6 SOJ, 9 SEL) Schab na kartki Nikpol 30 g Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g Sałata lodowa 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Jaglanka z owocami Dawtona <sup>^</sup> 1 szt (1 GLU)	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 073</b> <b>Białko ogółem [g] 75,1</b> <b>Tłuszcz [g] 83</b> <b>Węglowodany przyswajalne [g] 236,2</b> <b>Sód [mg] 1 760,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 39,5</b> <b>suma cukrów prostych [g] 51,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2</b>

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-25 do dnia 2023-12-31 UCK

2023-12-26 wtorek	Łatwostrawna D UCK	Zacierka na mleku . 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Herbata b/c 300 ml Bułka długa 50 g (1 GLU) Pomidor <sup>^</sup> 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) filet zapiekany Giżewski 30 g (6 SOJ) rukola 10 g	Jabłko 1 szt Jogurt owocowy 1 szt (7 BIA) Pieńnik 50 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Ziemniaki <sup>^</sup> 100 g (7 BIA) Kompot b.c. 300 ml bukiet warzyw <sup>^</sup> 80 g bitka schabowa gotowana 50 g (1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Bulion jarzynowy <sup>^</sup> 50 ml (1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2)	Schab na kartki Nikpol 30 g Ryba w galarecie 1 szt Bułka długa 50 g (1 GLU) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Salata lodowa 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Jaglanka z owocami Dawtona <sup>^</sup> 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 787,6 Białko ogółem [g] 77,8 Tłuszcz [g] 54,5 Węglowodany przyswajalne [g] 228,4 Sód [mg] 1 901 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 54,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2
	Cukrzyca D UCK	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Papryka św. 100 g (10 GOR) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 BIA) filet zapiekany Giżewski 30 g (6 SOJ) rukola 10 g	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por	Zupa szpinakowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Kasza gryczana 100 g (5 ORZ, 9 SEL) Kompot b.c. 300 ml Surówka meksykańska z kukurydzą <sup>^</sup> 80 g (ROŚ, 10 GOR) bitka schabowa gotowana 50 g (1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Bulion jarzynowy <sup>^</sup> 50 ml (1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2)	Schab na kartki Nikpol 30 g Ryba w galarecie 1 szt Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g Salata lodowa 10 g	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Jaglanka z owocami Dawtona <sup>^</sup> 1 szt (1 GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 446,5 Białko ogółem [g] 72,8 Tłuszcz [g] 45,1 Węglowodany przyswajalne [g] 165,6 Sód [mg] 2 305,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 suma cukrów prostych [g] 19,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4
2023-12-27 środa	Podstawowa D UCK	Kasza manna na mleku . 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 9 SEL, 10 GOR) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml (1 GLU, 7 BIA, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE) Chleb zwykły 50 g (1 GLU, 1 ŻYT) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Ogórek konserwowy . 100 g (10 GOR) Schab kasztelana Chabura 30 g (1 GLU, 6 SOJ, 10 GOR)	Jabłko 1 szt Jogurt owocowy 1 szt (7 BIA)	Zupa brokułowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Knedle z owocami truskawka UCK/KCO 250 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Surówka marchewka z ananase <sup>^</sup> 80 g Kompot b.c. 300 ml	Schab Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Serek homo naturalny Garwolin 60 g (7 BIA, 7 MLE) Chleb żytni 70 g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 250 ml Rzodkiewka 50 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowo-warzywny <sup>^</sup> 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 862,3 Białko ogółem [g] 60,3 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany przyswajalne [g] 221,4 Sód [mg] 1 859,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 suma cukrów prostych [g] 81,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7
	Łatwostrawna D UCK	Kasza manna na mleku . 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 9 SEL, 10 GOR) Kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml (1 GLU, 7 BIA, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Masło Mili 10g 1 szt (7 BIA, 7 MLE) Pomidor <sup>^</sup> 100 g Schab kasztelana Chabura 30 g (1 GLU, 6 SOJ, 10 GOR)	Jabłko 1 szt Jogurt owocowy 1 szt (7 BIA)	Zupa brokułowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2) Knedle z owocami truskawka UCK/KCO 250 g (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ) Surówka marchewka z ananase <sup>^</sup> 80 g Kompot b.c. 300 ml	Schab Grzegorza Bieleśz 30 g (6 SOJ) Serek homo naturalny Garwolin 60 g (7 BIA, 7 MLE) Kajzerka 1 szt (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 250 ml rukola 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 ORZ, 7 MLE, 11 SEZ) Mus owocowo-warzywny <sup>^</sup> 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 816,3 Białko ogółem [g] 62,9 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany przyswajalne [g] 210,2 Sód [mg] 556,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-25 do dnia 2023-12-31 UCK

2023-12-27 środa	Cukrzyca D UCK	Kawa zbozowa z mlekiem b/c 200 ml (1 <b>GLU</b> , 7 <b>BIA</b> , 3 <b>JAJ</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> ) Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU</b> , 3 <b>JAJ</b> , 5 <b>OZI</b> , 6 <b>SOJ</b> , 11 <b>ZIA</b> , 1 <b>ŻYT</b> ) Ogórek konserwowy . 100 g (10 <b>GOR</b> ) Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA</b> , 7 <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 <b>BIA</b> ) Schab kasztelana Chabura 30 g (1 <b>GLU</b> , 6 <b>SOJ</b> , 10 <b>GOR</b> )	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por	Zupa brokułowa z ziemniakami <sup>A</sup> 150 ml (7 <b>BIA</b> , 1 <b>GLU</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 9 <b>SEL</b> , 10 <b>GOR</b> , 11 <b>SEZ</b> , 12 <b>SO2</b> ) Gulasz z fileta dr. 80 g (1 <b>GLU</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 9 <b>SEL</b> , 10 <b>GOR</b> , 11 <b>SEZ</b> , 12 <b>SO2</b> ) Makaron razowy 120 g Surówka marchewka z ananase <sup>A</sup> 80 g Kompot b.c. 300 ml	Schab Grzegorza Bieleśz 30 g (6 <b>SOJ</b> ) Serek homo naturalny Garwolin 60 g (7 <b>BIA</b> , 7 <b>MLE</b> ) Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU</b> , 3 <b>JAJ</b> , 5 <b>OZI</b> , 6 <b>SOJ</b> , 11 <b>ZIA</b> , 1 <b>ŻYT</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 250 ml Rzodkiewka 50 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 <b>ORZ</b> , 7 <b>MLE</b> , 11 <b>SEZ</b> ) Mus owocowo-warzywny <sup>A</sup> 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 377,5 <b>Białko</b> ogółem [g] 62 <b>Tłuszcz</b> [g] 46,6 <b>Węglowodany</b> przyswajalne [g] 129,4 <b>Sód</b> [mg] 2 599,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 36,5 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 33,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 17,1
	Podstawowa D UCK	Platki owsiane na mleku . 150 ml (7 <b>BIA</b> , 1 <b>GLU</b> ) Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 <b>GLU</b> , 1 <b>ŻYT</b> ) Pomidor <sup>A</sup> 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA</b> , 7 <b>MLE</b> ) Serek wiejski Mlekpól 40 g	Gruszka 150 g Kefir 1 szt	Krupnik z ziemniakami <sup>D</sup> 150 ml (1 <b>GLU</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 5 <b>ORZ</b> , 9 <b>SEL</b> , 10 <b>GOR</b> , 11 <b>SEZ</b> , 12 <b>SO2</b> , 13 <b>ŁUB</b> ) Ziemniaki <sup>A</sup> 120 g (7 <b>BIA</b> ) Kompot b.c. 300 ml Udziec z indyka duszony w sosie curry 50 g (1 <b>GLU</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 9 <b>SEL</b> , 10 <b>GOR</b> , 11 <b>SEZ</b> , 12 <b>SO2</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej <sup>A</sup> 80 g (10 <b>GOR</b> )	Ser tostowy Lactima 1 szt (7 <b>BIA</b> ) Szynka Grzegorza Bieleśz 30 g (6 <b>SOJ</b> ) Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU</b> , 3 <b>JAJ</b> , 5 <b>OZI</b> , 6 <b>SOJ</b> , 11 <b>ZIA</b> , 1 <b>ŻYT</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Ogórek kiszony 50 g (10 <b>GOR</b> )	Owsianka z owocami Dawtona <sup>A</sup> 1 szt (1 <b>GLU</b> ) Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 <b>OZI</b> , 7 <b>MLE</b> , 5 <b>ORZ</b> , 11 <b>SEZ</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 592,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 64,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 54,4 <b>Węglowodany</b> przyswajalne [g] 193,2 <b>Sód</b> [mg] 2 045,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 40 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 39 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 23
2023-12-28 czwartek	Łatwostrawna D UCK	Platki owsiane na mleku . 150 ml (7 <b>BIA</b> , 1 <b>GLU</b> ) Herbata b/c 300 ml Kajzerka 1 szt (1 <b>GLU</b> , 3 <b>JAJ</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 5 <b>ORZ</b> , 11 <b>SEZ</b> ) Pomidor <sup>A</sup> 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA</b> , 7 <b>MLE</b> ) Serek wiejski Mlekpól 40 g	Jabłko 1 szt Kefir 1 szt	Krupnik z ziemniakami <sup>D</sup> 150 ml (1 <b>GLU</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 5 <b>ORZ</b> , 9 <b>SEL</b> , 10 <b>GOR</b> , 11 <b>SEZ</b> , 12 <b>SO2</b> , 13 <b>ŁUB</b> ) Ziemniaki <sup>A</sup> 120 g (7 <b>BIA</b> ) Kompot b.c. 300 ml Udziec z indyka duszony w sosie curry 50 g (1 <b>GLU</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 9 <b>SEL</b> , 10 <b>GOR</b> , 11 <b>SEZ</b> , 12 <b>SO2</b> ) Sałatka z selera i brzoskwini <sup>A</sup> 80 g (9 <b>SEL</b> )	Twarożek 40 g (7 <b>BIA</b> ) Szynka Grzegorza Bieleśz 30 g (6 <b>SOJ</b> ) Kajzerka 1 szt (1 <b>GLU</b> , 3 <b>JAJ</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 5 <b>ORZ</b> , 11 <b>SEZ</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml cukier 5g ADM 1 szt Sałata lodowa 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Owsianka z owocami Dawtona <sup>A</sup> 1 szt (1 <b>GLU</b> ) Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 <b>OZI</b> , 7 <b>MLE</b> , 5 <b>ORZ</b> , 11 <b>SEZ</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 720 <b>Białko</b> ogółem [g] 74,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 60,8 <b>Węglowodany</b> przyswajalne [g] 203,7 <b>Sód</b> [mg] 1 047,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 35,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 46,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 23,6
	Cukrzyca D UCK	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU</b> , 3 <b>JAJ</b> , 5 <b>OZI</b> , 6 <b>SOJ</b> , 11 <b>ZIA</b> , 1 <b>ŻYT</b> ) Pomidor <sup>A</sup> 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA</b> , 7 <b>MLE</b> ) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 <b>BIA</b> ) Serek wiejski Mlekpól 40 g	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por	Krupnik z ziemniakami <sup>D</sup> 150 ml (1 <b>GLU</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 5 <b>ORZ</b> , 9 <b>SEL</b> , 10 <b>GOR</b> , 11 <b>SEZ</b> , 12 <b>SO2</b> , 13 <b>ŁUB</b> ) Ziemniaki <sup>A</sup> 120 g (7 <b>BIA</b> ) Udziec z indyka duszony w sosie curry 50 g (1 <b>GLU</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 9 <b>SEL</b> , 10 <b>GOR</b> , 11 <b>SEZ</b> , 12 <b>SO2</b> ) Kompot b.c. 300 ml Surówka z kapusty pekińskiej <sup>A</sup> 80 g (10 <b>GOR</b> )	Twarożek 40 g (7 <b>BIA</b> ) Szynka Grzegorza Bieleśz 30 g (6 <b>SOJ</b> ) Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU</b> , 3 <b>JAJ</b> , 5 <b>OZI</b> , 6 <b>SOJ</b> , 11 <b>ZIA</b> , 1 <b>ŻYT</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Ogórek kiszony 50 g (10 <b>GOR</b> )	Owsianka z owocami Dawtona <sup>A</sup> 1 szt (1 <b>GLU</b> ) Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 <b>OZI</b> , 7 <b>MLE</b> , 5 <b>ORZ</b> , 11 <b>SEZ</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 558,1 <b>Białko</b> ogółem [g] 70,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 53,5 <b>Węglowodany</b> przyswajalne [g] 170,4 <b>Sód</b> [mg] 2 089,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 40 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 16,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 22,3

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-25 do dnia 2023-12-31 UCK

2023-12-29 piątek	Podstawowa D UCK	Kasza kukurydzina na mleku . 150 ml (7 <b>BIA</b> ) Kakao b/c 200 ml (7 <b>BIA, 6 SOJ, 7 MLE</b> ) Chleb zwykły 50 g (1 <b>GLU, 1 ŻYT</b> ) Rogal maślany 1 szt (1 <b>GLU, 3 JAJ, 7 MLE</b> ) Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA, 7 MLE</b> ) Dżem 1x25g Stovit 1 szt Papryka św. 100 g (10 <b>GOR</b> ) Serek waniliowy President 40 g	kiwi 2 szt Jogurt owocowy 1 szt (7 <b>BIA</b> )	Zupa kalafiorowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 <b>BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> ) Filet z dorsza smażony 60 g (1 <b>GLU, 3 JAJ</b> ) Ziemniaki <sup>^</sup> 120 g (7 <b>BIA</b> ) Groszek gotowany 80 g ( <b>ROŚ</b> ) Kompot b.c. 300 ml	Jajo 1 szt (3 <b>JAJ</b> ) Szynka na kartki Nikpol 30 g Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g szpinak baby 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 <b>ORZ, 7 MLE, 11 SEZ</b> ) Mus owocowy <sup>^</sup> 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 097,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 80,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,7 <b>Węglowodany przyswajalne [g]</b> 257,6 <b>Sód [mg]</b> 1 754,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 39,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 72,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 21,2
	Łatwostrawna D UCK	Kasza kukurydzina na mleku . 150 ml (7 <b>BIA</b> ) Kakao b/c 200 ml (7 <b>BIA, 6 SOJ, 7 MLE</b> ) Rogal maślany 1 szt (1 <b>GLU, 3 JAJ, 7 MLE</b> ) Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA, 7 MLE</b> ) Dżem 1x25g Stovit 1 szt Pomidor <sup>^</sup> 100 g Serek waniliowy President 40 g	Banan 1 szt Jogurt owocowy 1 szt (7 <b>BIA</b> )	Zupa kalafiorowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 <b>BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> ) Filet z dorsza parowany 60 g Ziemniaki <sup>^</sup> 120 g (7 <b>BIA</b> ) Marchew gotowana <sup>^</sup> 80 g Kompot b.c. 300 ml Sos koperkowy . 60 ml (7 <b>BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> )	Jajo 1 szt (3 <b>JAJ</b> ) Szynka na kartki Nikpol 1 Por Kajzerka 1 szt (1 <b>GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml szpinak baby 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 <b>ORZ, 7 MLE, 11 SEZ</b> ) Mus owocowy <sup>^</sup> 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 854,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 72,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 52,9 <b>Węglowodany przyswajalne [g]</b> 245,2 <b>Sód [mg]</b> 1 734,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 87,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,5
	Cukrzyca D UCK	Kakao b/c 200 ml (7 <b>BIA, 6 SOJ, 7 MLE</b> ) Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT</b> ) Papryka św. 100 g (10 <b>GOR</b> ) Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA, 7 MLE</b> ) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 <b>BIA</b> ) Serek homo naturalny Garwolin 40 g (7 <b>BIA, 7 MLE</b> )	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por	Zupa kalafiorowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 <b>BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> ) Filet z dorsza parowany 60 g Ziemniaki <sup>^</sup> 120 g (7 <b>BIA</b> ) Surówka z ogórka kiszzonego <sup>^</sup> 80 g (10 <b>GOR</b> ) Kompot b.c. 300 ml Sos koperkowy . 60 ml (7 <b>BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> )	Jajo 1 szt (3 <b>JAJ</b> ) Szynka na kartki Nikpol 30 g Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Pomidory koktajlowe 40 g szpinak baby 10 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 <b>ORZ, 7 MLE, 11 SEZ</b> ) sok warzywny 100% 200ml. 1 szt. 1 Por	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 534,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 74,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 49,5 <b>Węglowodany przyswajalne [g]</b> 156,9 <b>Sód [mg]</b> 1 760,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 34,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 27 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,8
2023-12-30 sobota	Podstawowa D UCK	Płatki jęczmienne na mleku . 150 ml (7 <b>BIA, 1 GLU</b> ) Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 <b>GLU, 1 ŻYT</b> ) Ogórek zielony 50 g Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA, 7 MLE</b> ) Szynka z zagrody Chabura 30 g (6 <b>SOJ, 7 MLE, 9 SEL</b> )	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 <b>BIA</b> )	Zupa selerowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 <b>BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> ) Kompot b.c. 300 ml Brokuły gotowane <sup>^</sup> 80 g Bigos z kapusty kiszzonej z kielbasą i łopatką <sup>^</sup> 200 g (1 <b>GLU, 7 BIA, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> ) Ziemniaki <sup>^</sup> 200 g (7 <b>BIA</b> )	Pasta z sera i brokuł-Sc 40 g (7 <b>BIA</b> ) Wędzonka staropolska Kozłowski 30 g (6 <b>SOJ</b> ) Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml cukier 5g ADM 1 szt Papryka św. 50 g (10 <b>GOR</b> )	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 <b>OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ</b> ) Jaglanka z owocami Dawtona <sup>^</sup> 1 szt (1 <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 881,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 67,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 55,4 <b>Węglowodany przyswajalne [g]</b> 255,6 <b>Sód [mg]</b> 2 243,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 47 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 64 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 26,4

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-25 do dnia 2023-12-31 UCK

2023-12-30 sobota	Łatwostrawna D UCK	Platki jęczmienne na mleku . 150 ml (7 <b>BIA, 1 GLU</b> ) Herbata b/c 300 ml Kajzerka 1 szt (1 <b>GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ</b> ) Pomidor <sup>^</sup> 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA, 7 MLE</b> ) Szynka z zagrody Chabura 30 g (6 <b>SOJ, 7 MLE, 9 SEL</b> )	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 <b>BIA</b> )	Zupa selerowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 <b>BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> ) Gulasz wieprzowy - dieta . 80 g (7 <b>BIA, 1 GLU, 9 SEL</b> ) Kompot b.c. 300 ml Brokuly gotowane <sup>^</sup> 80 g Ziemniaki <sup>^</sup> 200 g (7 <b>BIA</b> )	Pasta z sera i brokuł-Sc 40 g (7 <b>BIA</b> ) Szynka piastowska Kozłowski 30 g (6 <b>SOJ</b> ) Kajzerka 1 szt (1 <b>GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Roszponka 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Jaglanka z owocami Dawtona <sup>^</sup> 1 szt (1 <b>GLU</b> ) Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 <b>OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 712,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 63,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 46,7 <b>Węglowodany przyswajalne [g]</b> 243,5 <b>Sód [mg]</b> 1 305,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 35,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 62,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,2
	Cukrzyca D UCK	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT</b> ) Ogórek zielony 50 g Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA, 7 MLE</b> ) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 <b>BIA</b> ) Szynka z zagrody Chabura 30 g (6 <b>SOJ, 7 MLE, 9 SEL</b> )	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por	Zupa selerowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 <b>BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> ) Gulasz wieprzowy - dieta . 80 g (7 <b>BIA, 1 GLU, 9 SEL</b> ) Surówka colesław <sup>^</sup> 80 g (3 <b>JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR</b> ) Kompot b.c. 300 ml Ziemniaki <sup>^</sup> 200 g (7 <b>BIA</b> )	Pasta z sera i brokuł-Sc 40 g (7 <b>BIA</b> ) Szynka piastowska Kozłowski 30 g (6 <b>SOJ</b> ) Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Papryka św. 50 g (10 <b>GOR</b> )	Ciastko kokosowe Frank&Oli 1 szt (5 <b>OZI, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ</b> ) Jaglanka z owocami Dawtona <sup>^</sup> 1 szt (1 <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 581,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 57,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 52,1 <b>Węglowodany przyswajalne [g]</b> 199,3 <b>Sód [mg]</b> 1 565,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 41,6 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 20,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,5
2023-12-31 niedziela	Podstawowa D UCK	Ryż na mleku . 150 ml (7 <b>BIA</b> ) Herbata b/c 300 ml Chleb zwykły 50 g (1 <b>GLU, 1 ŻYT</b> ) Papryka konserwowa 50 g (10 <b>GOR</b> ) Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA, 7 MLE</b> ) Kielbasa śląska Bieleśz 0,5 szt (1 <b>GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR</b> ) Ketchup 25g 1 szt	Mandarynki 150 g Jogurt owocowy 1 szt (7 <b>BIA</b> )	Zupa ogórkowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (1 <b>GLU, 7 BIA, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> ) Bitka duszona z szynki w sosie własnym 50 g (1 <b>GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> ) Ziemniaki <sup>^</sup> 120 g (7 <b>BIA</b> ) Surówka z pora i jabłka <sup>^</sup> 80 g (7 <b>BIA, 3 JAJ</b> ) Kompot b.c. 300 ml	Szynka krucha z pieca Bieleśz 30 g (6 <b>SOJ, 7 MLE, 9 SEL</b> ) Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT</b> ) Pasta chrzanowa 40 g (7 <b>BIA, 9 SEL, 12 SO2</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Ogórek zielony 50 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 <b>ORZ, 7 MLE, 11 SEZ</b> ) Mus owocowo-warzywny <sup>^</sup> 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 718 <b>Białko ogółem [g]</b> 67,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 63,1 <b>Węglowodany przyswajalne [g]</b> 191,4 <b>Sód [mg]</b> 2 412,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 43 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 20,2
	Łatwostrawna D UCK	Ryż na mleku . 150 ml (7 <b>BIA</b> ) Herbata b/c 300 ml Kajzerka 1 szt (1 <b>GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ</b> ) Pomidor <sup>^</sup> 100 g Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA, 7 MLE</b> ) Kielbasa śląska Bieleśz 0,5 szt (1 <b>GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR</b> ) Ketchup 25g 1 szt	Jabłko 1 szt Jogurt owocowy 1 szt (7 <b>BIA</b> )	Zupa szpinakowa z ziemniakami <sup>^</sup> 150 ml (7 <b>BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2</b> ) Bitka gotowana z szynki 50 g Ziemniaki <sup>^</sup> 120 g (7 <b>BIA</b> ) Buraczki gotowane oprószane <sup>^</sup> 80 g (1 <b>GLU</b> ) Kompot b.c. 300 ml	Szynka krucha z pieca Bieleśz 30 g (6 <b>SOJ, 7 MLE, 9 SEL</b> ) Kajzerka 1 szt (1 <b>GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 11 SEZ</b> ) Twarożek z pietruszką 40 g (7 <b>BIA</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Sałata lodowa 10 g Pomidory koktajlowe 40 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 <b>ORZ, 7 MLE, 11 SEZ</b> ) Mus owocowo-warzywny <sup>^</sup> 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 700 <b>Białko ogółem [g]</b> 70,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,6 <b>Węglowodany przyswajalne [g]</b> 191,8 <b>Sód [mg]</b> 1 297,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 50,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,3

Jadłospisy za okres od dnia 2023-12-25 do dnia 2023-12-31 UCK

2023-12-31 niedziela	Cukrzyca D UCK	Herbata b/c 300 ml Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU</b> , 3 <b>JAJ</b> , 5 <b>OZI</b> , 6 <b>SOJ</b> , 11 <b>ZIA</b> , 1 <b>ŻYT</b> ) Papryka konserwowa 50 g (10 <b>GOR</b> ) Masło Mili 10g 1 szt (7 <b>BIA</b> , 7 <b>MLE</b> ) Kielbasa śląska Bieleśz 0,5 szt (1 <b>GLU</b> , 3 <b>JAJ</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 9 <b>SEL</b> , 10 <b>GOR</b> ) Jogurt naturalny 150g Bochnia 1 szt (7 <b>BIA</b> ) Ketchup 25g 1 szt	Sok pomidorowy 1 szt. Garden 1 Por	Zupa szpinakowa z ziemniakami^ 150 ml (7 <b>BIA</b> , 1 <b>GLU</b> , 6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 9 <b>SEL</b> , 10 <b>GOR</b> , 11 <b>SEZ</b> , 12 <b>SO2</b> ) Bitka gotowana z szynki 50 g Ziemniaki^ 120 g (7 <b>BIA</b> ) Surówka z pora i jabłka^ 80 g (7 <b>BIA</b> , 3 <b>JAJ</b> ) Kompot b.c. 300 ml	Szynka krucha z pieca Bieleśz 30 g (6 <b>SOJ</b> , 7 <b>MLE</b> , 9 <b>SÉL</b> ) Chleb żytni 70 g (1 <b>GLU</b> , 3 <b>JAJ</b> , 5 <b>OZI</b> , 6 <b>SOJ</b> , 11 <b>ZIA</b> , 1 <b>ŻYT</b> ) Twarożek z pietruszką 40 g (7 <b>BIA</b> ) Rama 10g 1 szt Herbata b/c 300 ml Ogórek zielony 50 g	Ciastko jaglane Frank&Oli 1 szt (5 <b>ORZ</b> , 7 <b>MLE</b> , 11 <b>SEZ</b> ) Mus owocowo-warzywny^ 1 szt	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 523,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 66,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 54,7 <b>Węglowodany przyswajalne [g]</b> 161,8 <b>Sód [mg]</b> 2 136,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 16,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 18,9
----------------------	----------------	---	------------------------------------	---	---	---	---