



**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: MSWiA</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>wtorek 2024-08-20</b>		
<b>Dieta: MSWiA PŁYNNA</b>		
Kasza kukurydziana na wywarze+masło 500 g (7, 9), Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Mus owocowy 1 szt ,	Zupa brokułowa + mięso 500 g (9), Woda mineralna 1 szt , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200 g ,	Zupa ziemniaczana + mięso 500 g (9), Herbata bez cukru 250 g , <b>Posiłek nocny:</b> Kasza jaglana z owocem bez cukru 1 szt 100 g (1),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1382.45 kcal; Białko ogółem: 51.81 g; Tłuszcz: 35.40 g; Węglowodany ogółem: 213.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.16 g; Sód: 1112.67 mg; Potas: 4066.19 mg; Fosfor: 914.81 mg;		
<b>wtorek 2024-08-20</b>		
<b>Dieta: MSWiA WYSOKOBIAŁKOWA</b>		
Płatki owsiane na mleku 250 g (1, 7), Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Serek fromage 80 g (7), Szynka delikatesowa drobiowa 30 g , Marchewka gotowana plastry 60 g , Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Mus owocowy 1 szt , Jogurt Skyr 150 g ,	Zupa barszcz biały 350 g (1, 7, 9), Pulpet drob-wieprz w sosie pomidorowym 100/50g 150 g (1), Buraczki na ciepło 150 g (1), Kasza jęczmienna 180 g (1), Woda mineralna 1 szt , <b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g (7), Orzechy włoskie 30 g (8),	Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Pasta z białek jaja, koperku i wędliny 100 g (3), Pomidor bez skóry 60 g , Herbata bez cukru 250 g , Kefir 150 g (7),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2857.54 kcal; Białko ogółem: 141.74 g; Tłuszcz: 115.77 g; Węglowodany ogółem: 325.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.06 g; Sód: 3122.02 mg; Potas: 3743.17 mg; Fosfor: 1217.60 mg;		
<b>wtorek 2024-08-20</b>		
<b>Dieta: MSWiA PAPPKOWATA</b>		
Kasza kukurydziana na wywarze 250 g (9), Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Serek kanapkowy 80 g (7), Marchewka gotowana 60 g , Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Mus owocowy 1 szt ,	Zupa brokułowa bezmleczna 350 g (1, 9), Filet drobiowy gotowany 100 g , Ziemniaki 180 g , Sos jarzynowy bezmleczny 50 g , Buraczki na ciepło 120 g (1), Woda mineralna 1 szt , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200 g ,	Zupa ziemniaczana 350 g (9, 10), Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Pasta z białek jaja, koperku i wędliny 100 g (3), Pomidor bez skóry 100 g , Herbata bez cukru 250 g , <b>Posiłek nocny:</b> Kasza jaglana z owocem bez cukru 1 szt 100 g (1),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2353.31 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 59.29 g; Węglowodany ogółem: 360.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.39 g; Sód: 3823.73 mg; Potas: 6245.08 mg; Fosfor: 1299.16 mg;		
<b>wtorek 2024-08-20</b>		
<b>Dieta: MSWiA BEZGLUTENOWA</b>		
Jogurt Skyr 150 g , Chleb bezglutenowy 90 g , Masło 20 g (7), Serek fromage 80 g (7), Szynka delikatesowa drobiowa 30 g , Marchewka gotowana plastry 60 g , Herbata bez cukru 250 g , <b>II Śniadanie:</b> Mus owocowy 1 szt 100 g ,	Zupa brokułowa bezmleczna 350 g (1, 9), Pulpet drob-wieprz w sosie pomidorowym bez glutenu 100/50g 150 g , Kasza gryczana 180 g , Buraczki na ciepło 120 g (1), Woda mineralna 1 szt , <b>Podwieczorek:</b> Orzechy włoskie 30 g (8),	Chleb bezglutenowy 90 g , Rama z omega3 20 g , Ser biały 80 g (7), Pomidor bez skóry 60 g , Herbata bez cukru 250 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2042.97 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 96.48 g; Węglowodany ogółem: 193.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.87 g; Sód: 2496.21 mg; Potas: 2598.78 mg; Fosfor: 791.52 mg;		

**Jadłospisy dla oddziałów**

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-08-21</b>		
<b>Dieta: MSWiA PODSTAWOWA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Bułka z ziarnami + Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Parówki z indyka (6,9,10) 2 szt , Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Ketchup 30 g , Papryka 60 g , Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Winogrona 100 g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350 g (9), Kotlet schabowy 100 g (1, 3, 7), Ziemniaki z koperkiem 180 g , Surówka z selera i jabłka z olejem 150 g (9), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , <b>Podwieczorek:</b> Bułka maślana 1 szt (1, 3, 7), Dżem 1 szt ,	Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek 80 g (7), Szynekowa dębowa 30 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Herbata bez cukru 250 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2916.30 kcal; Białko ogółem: 116.46 g; Tłuszcz: 113.21 g; Węglowodany ogółem: 363.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.23 g; Sód: 3339.68 mg; Potas: 3613.42 mg; Fosfor: 1106.19 mg;		
<b>środa 2024-08-21</b>		
<b>Dieta: MSWiA LEKKOSTRAWNA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Parówki z indyka (6,9,10) 2 szt , Ketchup 30 g , Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Rukola 10 g , Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 100 g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350 g (9), Schab w sosie ziołowym 100/50g 150 g (1), Ziemniaki z koperkiem 180 g , Marchew oprószana 150 g (1), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , <b>Podwieczorek:</b> Bułka maślana 1 szt (1, 3, 7), Dżem 1 szt ,	Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek 80 g (7), Szynekowa dębowa 30 g , Pomidor bez skóry 60 g , Herbata bez cukru 250 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2530.47 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 89.22 g; Węglowodany ogółem: 358.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.32 g; Sód: 3650.70 mg; Potas: 3960.68 mg; Fosfor: 1179.10 mg;		
<b>środa 2024-08-21</b>		
<b>Dieta: MSWiA WĄTROBOWA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Parówki z indyka (6,9,10) 2 szt , Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Rukola 10 g , Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 100 g ,	Zupa koperkowa z ryżem 350 g (9), Schab w sosie ziołowym 100/50g 150 g (1), Ziemniaki z koperkiem 180 g , Marchew oprószana 150 g (1), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , <b>Podwieczorek:</b> Bułka maślana 1 szt (1, 3, 7), Dżem 1 szt ,	Chleb pszenny 50 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek 80 g (7), Szynekowa dębowa 30 g , Pomidor bez skóry 60 g , Herbata bez cukru 250 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2385.77 kcal; Białko ogółem: 112.45 g; Tłuszcz: 87.16 g; Węglowodany ogółem: 329.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.03 g; Sód: 3180.90 mg; Potas: 3805.38 mg; Fosfor: 1121.40 mg;		
<b>środa 2024-08-21</b>		
<b>Dieta: MSWiA CUKRZYCOWA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Bułka z ziarnami + Chleb graham 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Parówki z indyka (6,9,10) 2 szt , Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Papryka 60 g , Herbata bez cukru 250 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 350 g (9), Schab w sosie ziołowym 100/50g 150 g (1), Ziemniaki z koperkiem 150 g , Surówka z selera i jabłka z olejem 100 g (9), Marchew oprószana 60 g (1), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 1 szt , Biszkopty bez cukru 20 g (1, 3),	Chleb graham 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek 80 g (7), Szynekowa dębowa 30 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Herbata bez cukru 250 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 50 g (1), Masło 10 g (7), Paszтет z indyka 30 g (1), Roszponka 10 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2533.24 kcal; Białko ogółem: 118.44 g; Tłuszcz: 99.82 g; Węglowodany ogółem: 292.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.70 g; Sód: 3751.33 mg; Potas: 2861.92 mg; Fosfor: 1025.80 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-08-21</b>		
<b>Dieta: MSWiA PŁYNNA</b>		
Kasza manna na wywarze+masło 500 g (1, 7, 9), Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150 g (7),	Zupa koperkowa z ryżem + mięso 500 ml (9), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowo-warzywny 200 g ,	Zupa grysikowa+mięso 500 g (1, 9), Herbata bez cukru 250 g , <b>Posiłek nocny:</b> Maślanka naturalna 150 g (7),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1380.76 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 40.83 g; Węglowodany ogółem: 178.51 g; Błonnik pokarmowy: 13.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.46 g; Sód: 1939.19 mg; Potas: 2707.30 mg; Fosfor: 1342.87 mg;		
<b>środa 2024-08-21</b>		
<b>Dieta: MSWiA WYSOKOBIAŁKOWA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Parówki z indyka (6,9,10) 2 szt , Ketchup 30 g , Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Rukola 10 g , Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 100 g , Mleko smakowe 200 g (7),	Zupa koperkowa z ryżem 350 g (9), Schab w sosie ziołowym 100/50g 150 g (1), Ziemniaki z koperkiem 180 g , Marchew oprószana 150 g (1), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , <b>Podwieczorek:</b> Dżem 1 szt , Bułka maślana 1 szt (1, 3, 7),	Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Twarożek 80 g (7), Szynkowa dębowa 30 g , Pomidorki koktajlowe 60 g , Herbata bez cukru 250 g , Maślanka naturalna 150 g (7),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2678.02 kcal; Białko ogółem: 128.13 g; Tłuszcz: 88.81 g; Węglowodany ogółem: 383.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.04 g; Sód: 3750.29 mg; Potas: 3998.28 mg; Fosfor: 1290.00 mg;		
<b>środa 2024-08-21</b>		
<b>Dieta: MSWiA PAPKOWATA</b>		
Kasza manna na wywarze 250 g (1, 9), Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Pasta mięsna drobiowa 100 g , Brokuły 50 g , Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150 g (7),	Zupa koperkowa z ryżem 350 g (9), Filet drobiowy gotowany 100 g , Sos jarzynowy bezmleczny 50 g , Ziemniaki 180 g , Marchewka gotowana 120 g , Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowo-warzywny 200 g ,	Zupa grysikowa 350 g (1, 9), Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek 100 g (7), Pomidor bez skóry 60 g , Herbata bez cukru 250 g , <b>Posiłek nocny:</b> Maślanka naturalna 150 g (7),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2265.77 kcal; Białko ogółem: 122.54 g; Tłuszcz: 65.03 g; Węglowodany ogółem: 310.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.48 g; Sód: 2999.20 mg; Potas: 4725.20 mg; Fosfor: 1679.73 mg;		
<b>czwartek 2024-08-22</b>		
<b>Dieta: MSWiA PODSTAWOWA</b>		
Kasza jaglana na mleku 250 g (7), Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Hummus 50 g (11), Szynka rodzinna z kurcząt 50 g , Ogórek kiszony 60 g , Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Nektarynki 100 g ,	Zupa krupnik 350 g (1, 9), Filet z kurczaka w panierce 110 g (1, 3), Ziemniaki z koperkiem 180 g , Surówka z młodej kapusty 150 g , Woda mineralna 1 szt , <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g ,	Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Pasta rybna z dorsza 80 g (4), Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Rukola 5 g , Herbata bez cukru 250 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2648.79 kcal; Białko ogółem: 122.80 g; Tłuszcz: 97.96 g; Węglowodany ogółem: 322.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.25 g; Sód: 3387.59 mg; Potas: 4407.50 mg; Fosfor: 1417.24 mg;		



**Jadłospisy dla oddziałów**

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-08-22</b> <b>Dieta: MSWiA WYSOKOBIAŁKOWA</b>		
Kasza jaglana na mleku 250 g (7), Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Szyunka rodzinna z kurcząt 50 g, Serek kanapkowy z ziołami 100 g (7), Sałata mix 20 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Nektarynki 100 g,	Zupa krupnik 350 g (1, 9), Filet z kurczaka w sosie jarzynowym 110/50g 160 g (1, 9), Dynia na ciepło 150 g, Ziemniaki z koperkiem 180 g, Woda mineralna 1 szt, <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g,	Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Pasta rybna z dorsza 80 g (4), Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Rukola 5 g, Herbata bez cukru 250 g, Kefir 150 g (7),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2398.25 kcal; Białko ogółem: 119.61 g; Tłuszcz: 83.09 g; Węglowodany ogółem: 287.30 g; Błonnik pokarmowy: 17.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.85 g; Sód: 2506.57 mg; Potas: 4578.95 mg; Fosfor: 1602.60 mg;		
<b>czwartek 2024-08-22</b> <b>Dieta: MSWiA PAPKOWATA</b>		
Kasza jaglana na wywarze 250 g (9), Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Serek kanapkowy z ziołami 100 g (7), Marchewka gotowana plastry 50 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Mus owocowy 1 szt,	Zupa krupnik kukurydziany 350 g (9), Filet drobiowy gotowany 100 g, Sos jarzynowy bezmleczny 50 g, Ziemniaki 180 g, Dynia na ciepło 120 g, Woda mineralna 1 szt, <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g,	Zupa ziemniaczana 350 g (9, 10), Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g, kuskus z polewą jagodową 160 g (1), Herbata bez cukru 250 g, <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150 g (7),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2383.20 kcal; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 66.51 g; Węglowodany ogółem: 352.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.84 g; Sód: 3299.14 mg; Potas: 4671.30 mg; Fosfor: 1277.54 mg;		
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: MSWiA PODSTAWOWA</b>		
Jogurt Skyr 150 g, Bułka z ziarnami + Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Rama z omega3 20 g, szynka delikatesowa drobiowa 80 g, Jajko gotowane 1 szt (3), Pomidorki koktajlowe 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt,	Zupa z fasolki szparagowej 350 g (1, 7, 9), Dorsz smażony w panierce 120 g (1, 3), Ziemniaki z koperkiem 180 g, Surówka z kapusty kiszanej z marchewką 150 g (10), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, <b>Podwieczorek:</b> Galaretka owocowa 200 g,	Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek 100 g (7), Miód 25 g, Ogórek zielony 60 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2524.90 kcal; Białko ogółem: 137.22 g; Tłuszcz: 80.02 g; Węglowodany ogółem: 317.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.87 g; Sód: 3138.34 mg; Potas: 4356.89 mg; Fosfor: 1297.22 mg;		
<b>piątek 2024-08-23</b> <b>Dieta: MSWiA LEKKOSTRAWNA</b>		
Jogurt Skyr 150 g, Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Pasta z białek jaja, koperku i wędliny 100 g (3), Pomidor bez skóry 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 100 g,	Zupa z fasolki szparagowej 350 g (1, 7, 9), Dorsz gotowany 110 g, Ziemniaki z koperkiem 180 g, Sałata lodowa z olejem 80 g, Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, <b>Podwieczorek:</b> Galaretka owocowa 200 g,	Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek 100 g (7), Miód 25 g, Marchewka gotowana 60 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2163.98 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 313.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.50 g; Sód: 2774.52 mg; Potas: 4537.66 mg; Fosfor: 1305.28 mg;		











## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2024-08-26</b> <b>Dieta: MSWiA PODSTAWOWA</b>		
Kasza manna na mleku 250 g (1, 7), Bułka z ziarnami + Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Pasta z mięsa drobiowego i pietruszki 80 g, Ser żółty 30 g (7), Ogórek zielony 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Brzoskwinia 100 g,	Zupa pomidorowa z ryżem 350 g (7, 9), Kotlet schabowy 100 g (1, 3, 7), Ziemniaki z koperkiem 180 g, Surówka z kapusty czerwonej z marchewką 150 g, Woda mineralna 1 szt, <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowo-warzywny 200 g,	Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Serek wiejski 150 g (7), Dżem 2 szt, Roszponka 10 g, Roszponka 10 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2757.68 kcal; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 108.07 g; Węglowodany ogółem: 337.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.76 g; Sód: 2407.98 mg; Potas: 3599.67 mg; Fosfor: 1123.85 mg;		
<b>poniedziałek 2024-08-26</b> <b>Dieta: MSWiA LEKKOSTRAWNA</b>		
Kasza manna na mleku 250 g (1, 7), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Pasta z mięsa drobiowego i pietruszki 80 g, Ser biały 30 g (7), Pomidor bez skóry 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 100 g,	Zupa pomidorowa z ryżem 350 g (7, 9), Schab w sosie ziołowym 100/50g 150 g (1), Ziemniaki z koperkiem 180 g, Sałata lodowa z jogurtem 80 g (7), Woda mineralna 1 szt, <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowo-warzywny 200 g,	Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Serek wiejski 150 g (7), Dżem 2 szt, Roszponka 10 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2308.38 kcal; Białko ogółem: 114.96 g; Tłuszcz: 77.89 g; Węglowodany ogółem: 329.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.48 g; Sód: 2243.33 mg; Potas: 3480.42 mg; Fosfor: 1123.48 mg;		
<b>poniedziałek 2024-08-26</b> <b>Dieta: MSWiA WĄTROBOWA</b>		
Kasza manna na mleku 250 g (1, 7), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Pasta z mięsa drobiowego i pietruszki 80 g, Ser biały 30 g (7), Pomidor bez skóry 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 100 g,	Zupa pomidorowa z ryżem 350 g (7, 9), Schab w sosie ziołowym 100/50g 150 g (1), Ziemniaki z koperkiem 180 g, Sałata lodowa z jogurtem 80 g (7), Woda mineralna 1 szt, <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowo-warzywny 200 g,	Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Serek wiejski 150 g (7), Dżem 2 szt, Roszponka 10 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2308.38 kcal; Białko ogółem: 114.96 g; Tłuszcz: 77.89 g; Węglowodany ogółem: 329.45 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.48 g; Sód: 2243.33 mg; Potas: 3480.42 mg; Fosfor: 1123.48 mg;		
<b>poniedziałek 2024-08-26</b> <b>Dieta: MSWiA CUKRZYCOWA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Bułka z ziarnami + chleb żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Pasta z mięsa drobiowego i pietruszki 80 g, Ser żółty 30 g (7), Ogórek zielony 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Brzoskwinia 100 g,	Zupa pomidorowa z ryżem 350 g (7, 9), Schab w sosie ziołowym 100/50g 150 g (1), Ziemniaki z koperkiem 150 g, Surówka z kapusty czerwonej z marchewką 150 g, Szpinak 60 g (1, 10), Woda mineralna 1 szt, <b>Podwieczorek:</b> Sok warzywny 1 szt, Orzechy włoskie 30 g (8),	Chleb graham 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Serek wiejski 150 g (7), Pasta warzywna 50 g (9), Roszponka 10 g, Herbata bez cukru 250 g, <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 50 g (1), Masło 10 g (7), Szynka delikatesowa drobiowa 30 g, Pomidor 30 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2734.44 kcal; Białko ogółem: 139.20 g; Tłuszcz: 127.12 g; Węglowodany ogółem: 272.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.53 g; Sód: 2780.48 mg; Potas: 3779.73 mg; Fosfor: 1446.10 mg;		





**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: MSWiA</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>
<b>wtorek 2024-08-27</b>		
<b>Dieta: MSWiA PAPKOWATA</b>		
Kasza jaglana na wywarze 250 g (9), Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Pasta warzywna 100 g (9), Pomidor bez skóry 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt Skyr 150 g,	Zupa barszcz czerwony 350 g (1, 7, 9), Filet drobiowy gotowany 100 g, Sos jarzynowy bezmleczny 50 g, Dynia na ciepło 120 g, Ziemniaki 180 g, Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, <b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 150 g (7),	Zupa z zacierką 300 g (1, 9, 10), Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Pasta mięsna drobiowa 100 g, Marchewka gotowana plastry 60 g, Herbata bez cukru 250 g, Kasza jaglana z owocem bez cukru 1 szt 100 g (1),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2319.75 kcal; Białko ogółem: 122.09 g; Tłuszcz: 62.19 g; Węglowodany ogółem: 331.17 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.70 g; Sód: 2860.21 mg; Potas: 5009.60 mg; Fosfor: 1245.77 mg;		
<b>środa 2024-08-28</b>		
<b>Dieta: MSWiA PODSTAWOWA</b>		
Ryż na mleku 250 g (7), Bułka z ziarnami + Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek domowy grani 150 g, Parówki z indyka (6,9,10) 2 szt, Ketchup 15 g, Cukinia 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt,	Zupa dyniowa 350 g (9), Potrawka drobiowa 180 g (1, 9), Kasza jęczmienna pęczak 180 g (1), Surówka z marchewki i jabłka 150 g, Woda mineralna 1 szt, <b>Podwieczorek:</b> Pudding waniliowo czekoladowy 125 g (7),	Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Pasta z makreli 80 g (4), Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Ogórek zielony 60 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2778.17 kcal; Białko ogółem: 127.13 g; Tłuszcz: 112.94 g; Węglowodany ogółem: 325.74 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.13 g; Sód: 3826.78 mg; Potas: 3419.72 mg; Fosfor: 986.07 mg;		
<b>środa 2024-08-28</b>		
<b>Dieta: MSWiA LEKKOSTRAWNA</b>		
Ryż na mleku 250 g (7), Kajzerka + Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek domowy grani 150 g, Parówki z indyka (6,9,10) 2 szt, Ketchup 15 g, Cukinia 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt,	Zupa dyniowa 350 g (9), Potrawka drobiowa 180 g (1, 9), Kasza jęczmienna 180 g (1), Fasolka szparagowa 150 g, Woda mineralna 1 szt, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200 g,	Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Pasta rybna z dorsza 80 g (4), Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Brokuły 60 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2495.85 kcal; Białko ogółem: 124.57 g; Tłuszcz: 91.65 g; Węglowodany ogółem: 344.48 g; Błonnik pokarmowy: 21.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.20 g; Sód: 3167.35 mg; Potas: 3530.11 mg; Fosfor: 1143.35 mg;		
<b>środa 2024-08-28</b>		
<b>Dieta: MSWiA WĄTROBOWA</b>		
Ryż na mleku 250 g (7), Kajzerka + Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek domowy grani 150 g, Parówki z indyka (6,9,10) 2 szt, Cukinia 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt,	Zupa dyniowa 350 g (9), Potrawka drobiowa 180 g (1, 9), Kasza jęczmienna 180 g (1), Fasolka szparagowa 150 g, Woda mineralna 1 szt, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200 g,	Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Pasta rybna z dorsza 80 g (4), Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Brokuły 60 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2481.90 kcal; Białko ogółem: 124.30 g; Tłuszcz: 91.50 g; Węglowodany ogółem: 341.15 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.17 g; Sód: 3023.05 mg; Potas: 3479.86 mg; Fosfor: 1134.50 mg;		

**Jadłospisy dla oddziałów**

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2024-08-28</b>		
<b>Dieta: MSWiA CUKRZYCOWA</b>		
Bułka z ziarnami + Chleb graham 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek domowy grani 150 g , Parówki z indyka (6,9,10) 2 szt , Cukinia 60 g , Herbata bez cukru 250 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko 1 szt ,	Zupa dyniowa 350 g (9), Potrawka drobiowa 180 g (1, 9), Kasza jęczmienna pęczak 150 g (1), Surówka z marchewki i jabłka 100 g , Fasolka szparagowa 50 g , Woda mineralna 1 szt , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel bez cukru 200 g ,	Chleb graham 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Pasta z makreli 80 g (4), Serek kanapkowy hagi 2 szt (7), Ogórek zielony 60 g , Herbata bez cukru 250 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 50 g (1), Masło 10 g (7), Pasta mięsna drobiowa 30 g , Pomidor 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2713.12 kcal; Białko ogółem: 123.71 g; Tłuszcz: 115.41 g; Węglowodany ogółem: 307.57 g; Błonnik pokarmowy: 33.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.74 g; Sód: 3559.99 mg; Potas: 2804.32 mg; Fosfor: 905.02 mg;		
<b>środa 2024-08-28</b>		
<b>Dieta: MSWiA PŁYNNA</b>		
Makaron na wywarze + masło 500 g (1, 7, 9), Herbata bez cukru 250 g , <b>II Śniadanie:</b> Owocowy jogurt pitny 200 g ,	Zupa dyniowa + mięso 500 g (9), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g , <b>Podwieczorek:</b> Pudding waniliowo czekoladowy 125 g (7),	Zupa krupnik kukurydziany + mięso 500 g (9), Herbata bez cukru 250 g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1197.36 kcal; Białko ogółem: 77.51 g; Tłuszcz: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 161.17 g; Błonnik pokarmowy: 11.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.44 g; Sód: 1012.99 mg; Potas: 2292.75 mg; Fosfor: 757.70 mg;		
<b>środa 2024-08-28</b>		
<b>Dieta: MSWiA WYSOKOBIAŁKOWA</b>		
Ryż na mleku 250 g (7), Kajzerka + Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek domowy grani 150 g , Parówki z indyka (6,9,10) 2 szt , Cukinia 60 g , Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Banan 1 szt ,	Zupa dyniowa 350 g (9), Potrawka drobiowa 180 g (1, 9), Kasza jęczmienna 180 g (1), Fasolka szparagowa 150 g , Woda mineralna 1 szt , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200 g ,	Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Pasta rybna z dorsza 80 g (4), Serek kanapkowy hagi 3 szt (7), Brokuły 60 g , Herbata bez cukru 250 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2526.90 kcal; Białko ogółem: 125.58 g; Tłuszcz: 95.34 g; Węglowodany ogółem: 341.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.17 g; Sód: 3023.21 mg; Potas: 3479.86 mg; Fosfor: 1134.50 mg;		
<b>środa 2024-08-28</b>		
<b>Dieta: MSWiA PĄPKOWATA</b>		
Makaron na wywarze 250 g (1, 9), Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Twarożek domowy grani 150 g , Cukinia 60 g , Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Owocowy jogurt pitny 200 g ,	Zupa dyniowa 350 g (9), Filet drobiowy gotowany 100 g , Sos jarzynowy bezmleczny 50 g , Szpinak 120 g (1), Ziemniaki 180 g , Woda mineralna 1 szt , <b>Podwieczorek:</b> Pudding waniliowo czekoladowy 125 g (7),	Zupa krupnik kukurydziany 350 g (9), Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g , Pasta rybna z dorsza 100 g (4), Brokuły 60 g , Herbata bez cukru 250 g , <b>Posiłek nocny:</b> Sok pomidorowy 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2321.94 kcal; Białko ogółem: 127.80 g; Tłuszcz: 62.80 g; Węglowodany ogółem: 308.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.67 g; Sód: 2805.16 mg; Potas: 5153.41 mg; Fosfor: 1408.39 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-08-29</b> <b>Dieta: MSWiA PODSTAWOWA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Pieczeń rzymska 80 g (1, 3), Miód 25 g, Pomidorki koktajlowe 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Winogrona 100 g,	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 350 g (1, 9), Makaron razowy z sosem bolońskim 200/180g 380 g (1, 9), Surówka z selera i jabłka z olejem 150 g (9), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g,	Chleb pszenno-żytni 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Serek wiejski 150 g (7), Szynkowa dębowa 30 g, Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2783.68 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 111.97 g; Węglowodany ogółem: 329.26 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.79 g; Sód: 2681.24 mg; Potas: 2433.96 mg; Fosfor: 805.94 mg;		
<b>czwartek 2024-08-29</b> <b>Dieta: MSWiA LEKKOSTRAWNA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Pieczeń rzymska 80 g (1, 3), Miód 25 g, Pomidor bez skóry 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 100 g,	Zupa ryżowa 350 g (9), Makaron z sosem bolońskim 200/180g 380 g (1, 9), Szpinak 150 g (1), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g,	Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Serek wiejski 150 g (7), Szynkowa dębowa 30 g, Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2569.17 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 102.95 g; Węglowodany ogółem: 307.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.03 g; Sód: 2725.10 mg; Potas: 2324.34 mg; Fosfor: 908.64 mg;		
<b>czwartek 2024-08-29</b> <b>Dieta: MSWiA WĄTROBOWA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Pieczeń rzymska 80 g (1, 3), Miód 25 g, Pomidor bez skóry 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 100 g,	Zupa ryżowa 350 g (9), Makaron z sosem bolońskim 200/180g 380 g (1, 9), Szpinak 150 g (1), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g,	Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Serek wiejski 150 g (7), Szynkowa dębowa 30 g, Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2569.17 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 102.95 g; Węglowodany ogółem: 307.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.03 g; Sód: 2725.10 mg; Potas: 2324.34 mg; Fosfor: 908.64 mg;		
<b>czwartek 2024-08-29</b> <b>Dieta: MSWiA CUKRZYCOWA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Chleb graham + chleb żytni 90 g (1), Masło 20 g (7), Pieczeń rzymska 80 g (1, 3), Hummus 50 g (11), Pomidorki koktajlowe 60 g, Herbata bez cukru 250 g, <b>II Śniadanie:</b> Gruszka 1 szt,	Zupa kapuśniak z młodej kapusty 350 g (1, 9), Makaron razowy z sosem bolońskim 200/180g 380 g (1, 9), Surówka z selera i jabłka z olejem 150 g (9), Szpinak 60 g (1, 10), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany naturalny 150 g,	Chleb graham 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Serek wiejski 150 g (7), Szynkowa dębowa 30 g, Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g, <b>Posiłek nocny:</b> chleb graham 50 g (1), Masło 10 g (7), Ser żółty 30 g (7), ogórek zielony 35 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 3089.33 kcal; Białko ogółem: 135.81 g; Tłuszcz: 143.19 g; Węglowodany ogółem: 324.15 g; Błonnik pokarmowy: 48.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.01 g; Sód: 3067.73 mg; Potas: 2952.07 mg; Fosfor: 1245.98 mg;		
<b>czwartek 2024-08-29</b> <b>Dieta: MSWiA PŁYNNA</b>		
Kasza kukurydziana na wywarze+masło 500 g (7, 9), Herbata bez cukru 250 g, <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150 g (7),	Zupa ryżowa + mięso 500 g (9), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g,	Zupa ziemniaczana + mięso 500 g (9), Herbata bez cukru 250 g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus jabłkowy 1 szt 100 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1325.26 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; Tłuszcz: 39.15 g; Węglowodany ogółem: 172.22 g; Błonnik pokarmowy: 15.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.70 g; Sód: 1146.09 mg; Potas: 3201.25 mg; Fosfor: 1030.00 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MSWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2024-08-29</b>		
<b>Dieta: MSWiA WYSOKOBIAŁKOWA</b>		
Jogurt naturalny 150 g (7), Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Pieczeń rzymska 80 g (1, 3), Miód 25 g, Pomidor bez skóry 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 100 g,	Zupa ryżowa 350 g (9), Makaron z sosem bolońskim 200/180g 380 g (1, 9), Szpinak 150 g (1), Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g,	Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Serek wiejski 150 g (7), Szynkowa dębowa 30 g, Roszponka 20 g, Herbata bez cukru 250 g, Maślanka naturalna 150 g (7),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2628.37 kcal; Białko ogółem: 117.95 g; Tłuszcz: 103.75 g; Węglowodany ogółem: 315.44 g; Błonnik pokarmowy: 19.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.57 g; Sód: 2821.10 mg; Potas: 2564.34 mg; Fosfor: 1036.64 mg;		
<b>czwartek 2024-08-29</b>		
<b>Dieta: MSWiA PAPKOWATA</b>		
kasza kukurydziana na wywarze 350 g (9), Chleb pszenny 90 g (1), Masło 20 g (7), Pasta mięsna drobiowa 80 g, Miód 25 g, Pomidor bez skóry 60 g, Kawa z mlekiem 250 g (1, 7), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 150 g (7),	Zupa ryżowa 350 g (9), Filet drobiowy gotowany 100 g, Sos jarzynowy bezmleczny 50 g, Szpinak 150 g (1), Ziemniaki 180 g, Kompot jabłkowy bez cukru 250 g, <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150 g,	Chleb pszenny 90 g (1), Rama z omega3 20 g, Serek wiejski 150 g (7), Buraczki gotowane rozdrobnione 50 g, Herbata bez cukru 250 g, <b>Posiłek nocny:</b> Mus jabłkowy 1 szt 100 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2221.92 kcal; Białko ogółem: 115.14 g; Tłuszcz: 68.61 g; Węglowodany ogółem: 295.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.25 g; Sód: 3387.10 mg; Potas: 4298.37 mg; Fosfor: 1371.19 mg;		

**Oznaczenia alergenów:**

- 1 - *Zboża zawierające gluten ,*
- 2 - *Skorupiaki i pochodne,*
- 3 - *Jaja i pochodne,*
- 4 - *Ryby i pochodne,*
- 5 - *Orzeszki ziemne i pochodne,*
- 6 - *Soja i pochodne,*
- 7 - *Mleko i pochodne,*
- 8 - *Orzechy,*
- 9 - *Seler i pochodne,*
- 10 - *Gorczyca i pochodne,*
- 11 - *Nasiona sezamu i pochodne,*
- 12 - *Dwutlenek siarki, siarczyny,*
- 13 - *Łubin i pochodne,*
- 14 - *Mięczaki i pochodne,*