

## DIETA PODSTAWOWA

Dzień	15.10.2024	16.10.2024	17.10.2024	18.10.2024	19.10.2024	20.10.2024	21.10.2024	22.10.2024	23.10.2024	24.10.2024
<b>Śniadanie</b>	Jogurt naturalny (7) Kanałki z pieczywa graham(1) z pastą z twarogu(7) i ogórek Herbata	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kanałki z pieczywa graham(1) z wędliną i sałatką z pomidorami i ogórka Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanałki z pieczywa graham(1) z serkiem typu wędliną(7) i papryką Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanałki z pieczywa graham(1) z hummusem(6) oraz ogórkiem zielonym oraz dżemem Herbata	Kanałki z pieczywa graham(1) z serkiem topionym(7) i wędliną oraz sałatką i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanałki z pieczywa graham(1) z wędliną i serem żółtym(7), sałatką i ogórkiem Herbata	Kanałki z pieczywa graham z serkiem do smarowania, wędliną i pomidorem Herbata (1,7)	Jogurt naturalny Kanałki z wędliną, sałatką i pomidorem Herbata (1,7)	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kanałki z pieczywa graham(1) z serem topionym (7) i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanałki (1)z pastą z wędliny (7) oraz sałatką z pomidora i ogórka Herbata
<b>Obiad</b>	Zupa ogórkowa z ryżem (9) Kotlet po parysku (1,7) Ziemniaki (7) Szpinak duszony Kompot owocowy Owoc	Krem z brokułów z ziemniakami (9) Pieczeń z mielonego mięsa wieprzowego w sosie warzywnym(9) Kasza jęczmienna Tarta marchewka Kompot owocowy Owoc	Jarzynowa z ryżem (9) Balotyna z kurczaka z warzywami w sosie własnym(9) Ziemniaki (7) Surówka z kapusty pekińskiej Kompot owocowy Owoc	Barszcz ukraiński z fasolą (9) Dorsz pieczony Ziemniaki (7) Gotowane warzywa (kalafior, brokuł) Kompot owocowy Owoc	Zupa koperkowa z ryżem (1,9) Pulpeciki z indyka w sosie własnym Makaron ze szpinakiem (1) Buraczki tarte Kompot owocowy Owoc	Grycikowa (1,9) Pierś z kurczaka w sosie pieczarkowym (7) Ziemniaki(7) Surówka wielowarzywna Kompot owocowy Owoc	Zupa z soczewicy z ziemniakami (6,9) Ryż z jabłkiem duszonym i sosem jogurtowym(7) Kompot owocowy Owoc	Zupa pomidorowa z makaronem(1,9) Kotlet mielony pieczony(1) Gotowane Ziemniaki(7) Surówka z kapusty pekińskiej Kompot owocowy Owoc	Zupa jarzynowa z ziemniakami (9) Gulasz wieprzowy duszony (1,9) Gotowana Kasza jęczmienna Buraczki tarte Kompot owocowy Owoc	Zupa brokułowa z makaronem (1,9) Kotlet schabowy pieczony (1) Ziemniaki gotowane (7) Surówka typu coleslaw (7) Kompot owocowy Owoc
<b>Kolacja</b>	Kanałki z pieczywa mieszanego(1) z klopsiem pieczonym i papryką herbata	Kanałki z pieczywa mieszanego(1) z pastą z twarogu oraz szprota (4,7) i ogórkiem Herbata	Kanałki z pieczywa mieszanego(1) z pastą i pomidorem Herbata	Kanałki z pieczywa mieszanego(1) z pastą jajeczno-twarogową(3,7) i pomidorem Herbata	Kanałki z pieczywa mieszanego(1) z pastą z twarogu i rzodkiewki (7) oraz z ogórkiem Herbata	Kanałki z pieczywa mieszanego(1) z paszтетem pieczonym(3,9) oraz jajkiem na twardo (3) oraz ogórkiem kiszonym Herbata	Kanałki z chleba mieszanego (1)z pastą z twarogu (7) ze szczypiorkiem Herbata	Kanałki z pieczywa mieszanego (1)z pastą ze szprota i twarogu (4,7)oraz rzodkiewką Herbata	Kanałki z pieczywa mieszanego(1) z wędliną i serkiem do smarowania (7) oraz ogórkiem Herbata	Kanałki (1)z pastą z twarogu (7) i szczypiorka z pomidorem Herbata
<b>Posiłek nocny</b>	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)
<b>Składniki odżywcze</b>	KALORIE - 2195 KCAL BIAŁKO – 97,9g WĘGLOWODAN Y – 319,7g W TYM CUKRY – 29,3g TŁUSZCZE – 66,1g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWA – 20,7g BŁONNIK – 37,8g SÓL – 6,1g	KALORIE - 2406 KCAL BIAŁKO – 100,4g WĘGLOWODAN Y – 365g W TYM CUKRY – 30,3g TŁUSZCZE – 69,1g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWA – 20,6g BŁONNIK – 41,5g SÓL – 5,4g	KALORIE - 2213 KCAL BIAŁKO – 93,9g WĘGLOWODAN Y – 341,4g W TYM CUKRY – 36,7g TŁUSZCZE – 61g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWA – 24,7g BŁONNIK – 40,9g SÓL – 5,4g	KALORIE - 2177 KCAL BIAŁKO – 89,5g WĘGLOWODAN Y – 331,3g W TYM CUKRY – 33,5g TŁUSZCZE – 62,5g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWA – 20,7g BŁONNIK – 42,4g SÓL – 4,7g	KALORIE - 2385 KCAL BIAŁKO – 97,9g WĘGLOWODAN Y – 337,8g W TYM CUKRY – 28,5g TŁUSZCZE – 76,6g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWA – 26g BŁONNIK – 41,4g SÓL – 5,4g	KALORIE - 2323 KCAL BIAŁKO – 108,8g WĘGLOWODAN Y – 330g W TYM CUKRY – 28,7g TŁUSZCZE – 71,5g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWA – 29,8 BŁONNIK – 40,8g SÓL – 5,6g	KALORIE 2122 KCAL BIAŁKO – 74,7g WĘGLOWODAN Y – 346,9g W TYM CUKRY – 32,5g TŁUSZCZE – 56,3g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWA – 15g BŁONNIK – 40,5g SÓL – 4,6g	KALORIE 2130 KCAL BIAŁKO – 96,9g WĘGLOWODAN Y – 321,2g W TYM CUKRY – 30,5g TŁUSZCZE – 59,3g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWA – 13,4g BŁONNIK – 38g SÓL – 5,4g	KALORIE 2341 KCAL BIAŁKO – 101,6g WĘGLOWODAN Y – 364g W TYM CUKRY – 30,2g TŁUSZCZE – 60,1g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWA – 16,2g BŁONNIK – 39,2g SÓL – 4,5g	KALORIE 2253KCAL BIAŁKO – 103,2g WĘGLOWODAN Y – 330,5g W TYM CUKRY – 31,7g TŁUSZCZE – 65,7g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWA – 17,2g BŁONNIK – 39,8g SÓL – 4,4

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

Dzień	15.10.2024	16.10.2024	17.10.2024	18.10.2024	19.10.2024	20.10.2024	21.10.2024	22.10.2024	23.10.2024	24.10.2024
<b>Śniadanie</b>	Jogurt naturalny(7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z pastą z twarogu(7) i warzyw (gotowana marchew, burak) Herbata	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) wędliną i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z serkiem typu bieluch(7) i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z pastą z tuńczyka i twarogu(4,7) oraz duszoną marchewką oraz dżemem Herbata	Kanapki z pieczywa pszennego(1) z serkiem typu bieluch(7) i wędliną oraz pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z wędliną i serkiem typu bieluch(7), sałatką i ogórkiem Herbata	Kanapki z pieczywa pszennego(1) z serkiem do smarowania (7), wędliną i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego (1)z wędliną, sałatką i pomidorem Herbata	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kanapki z pieczywa pszennego (1)z serkiem białym do smarowania(7) i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z pastą z wędliny oraz sałatką z pomidora i ogórka Herbata
<b>Obiad</b>	Zupa ogórkowa z ryżem (9) Duszony filet z kurczaka w sosie ziołowym Ziemniaki (7) Szpinak duszony Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Krem z brokułów z ziemniakami (9) Pieczeń z mielonego mięsa wieprzowego w sosie warzywnym(9) Kasza jęczmienna Gotowana marchewka z olejem Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Jarzynowa z ryżem (9) Balotyna z kurczaka z warzywami w sosie własnym(9) Ziemniaki (7) Duszona cukinia Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Barszcz ukraiński bez fasoli (9) Dorsz pieczony Ziemniaki (7) Gotowane warzywa (kalefior, brokuł) Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa koperkowa z ryżem (1,9) Pulpeciki z indyka w sosie własnym Makaron ze szpinakiem (1) Buraczki gotowane tarte Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Grysikowa (1,9) Pierś z kurczaka w sosie pomidorowym (7) Ziemniaki (7) Duszony szpinak Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa z jarzynowa z ziemniakami (9) Ryż z jabłkiem i sosem jogurtowym (7) Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa pomidorowa z makaronem (1,9) Pulpet wieprzowy gotowany (1) Ziemniaki (7) Sałatka z gotowanej marchewki z olejem Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa jarzynowa z ziemniakami (9) Gulasz wieprzowy(1,9) Kasza jęczmienna Buraczki tarte gotowane Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa brokułowa z makaronem (1,9) Kotleciki ze schabu duszone w sosie własnym (1) Ziemniaki (7) Szpinak duszony Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)
<b>Kolacja</b>	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z klopsiem pieczonym i pieczoną papryką herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pastą z twarogu oraz szpota(4,7) i duszoną marchewką Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z wędliną i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pastą z białek jaj i twarogu(3,7) oraz pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pastą z twarogu i marchewki (7) Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pasztetem pieczonym(3,9) oraz wędliną oraz ogórkiem kiszonym Herbata	Kanapki z chleba mieszanego (1) z pastą z twarogu (7)z gotowanymi warzywami Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego (1)z pastą ze szpota i twarogu z duszoną(4,7) marchewką i cukinią Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego (1) z wędliną i serkiem do smarowania (7) oraz sałatką Herbata	Kanapki (1)z pastą z twarogu i wędliny oraz gotowanych buraczków (7) Herbata
<b>Posiłek nocny</b>	Wafle ryżowe + pasta z warzyw	Wafle ryżowe + pasta z warzyw	Wafle ryżowe + pasta z warzyw	Wafle ryżowe + pasta z warzyw	Wafle ryżowe + pasta z warzyw	Wafle ryżowe + pasta z warzyw	Wafle ryżowe + pasta z warzyw (9)	Wafle ryżowe + pasta z warzyw (9)	Wafle ryżowe + pasta z warzyw (9)	Wafle ryżowe + pasta z warzyw (9)
<b>Składniki odżywcze</b>	KALORIE 2195 KCAL BIAŁKO – 96,8g WĘGLOWODANY – 321,7g W TYM CUKRY – 29,7g TŁUSZCZE – 65g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 20,5g BŁONNIK – 33,2g SÓL – 8g	KALORIE 2409 KCAL BIAŁKO – 103,7g WĘGLOWODANY – 380,6g W TYM CUKRY – 35,6g TŁUSZCZE – 61,4g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 21,2g BŁONNIK – 41,2g SÓL – 6,6g	KALORIE 2198 KCAL BIAŁKO – 94,2g WĘGLOWODANY – 342,8g W TYM CUKRY – 31,1g TŁUSZCZE – 57,8g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 24,3g BŁONNIK – 34,4g SÓL – 7,4g	KALORIE 2131 KCAL BIAŁKO – 87,3g WĘGLOWODANY – 338,2g W TYM CUKRY – 33g TŁUSZCZE – 55,5g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 21,8g BŁONNIK – 37,4g SÓL – 7,2g	KALORIE 2391 KCAL BIAŁKO – 97,1g WĘGLOWODANY – 346,7g W TYM CUKRY – 28g TŁUSZCZE – 72,6g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 27,1g BŁONNIK – 35,6g SÓL – 7,3g	KALORIE 2352 KCAL BIAŁKO – 105,7g WĘGLOWODANY – 338,6g W TYM CUKRY – 31,3g TŁUSZCZE – 72,6g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 21,6g BŁONNIK – 38,6g SÓL – 5,7g	KALORIE 2178 KCAL BIAŁKO – 78,1g WĘGLOWODANY – 357,7g W TYM CUKRY – 31,2g TŁUSZCZE – 55,2g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 11,6g BŁONNIK – 31,5g SÓL – 4,8	KALORIE 2242 KCAL BIAŁKO – 92,9g WĘGLOWODANY – 336,5g W TYM CUKRY – 32,5g TŁUSZCZE – 66,1g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 15,6g BŁONNIK – 37,8g SÓL – 5,6g	KALORIE 2469 KCAL BIAŁKO – 104,1g WĘGLOWODANY – 386,7g W TYM CUKRY – 30,4g TŁUSZCZE – 65g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 15,4g BŁONNIK – 40,2g SÓL – 4,6g	KALORIE 2443 KCAL BIAŁKO – 105,7g WĘGLOWODANY – 340,7g W TYM CUKRY – 31,8g TŁUSZCZE – 81,1g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 15g BŁONNIK – 41g SÓL – 4,2g

## DIETA Z ORGANICZONĄ ZAWARTOŚCIĄ ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Dzień	15.10.2024	16.10.2024	17.10.2024	18.10.2024	19.10.2024	20.10.2024	21.10.2024	22.10.2024	23.10.2024	24.10.2024
<b>Śniadanie</b>	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham (1) pastę z twarogu(7) i ogórka Herbata	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kanapki z pieczywa graham(1) wędliną i sałatką z pomidorami i ogórka Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1) z serkiem typu bieluch(7) i papryką Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham (1)z hummusem(6) oraz ogórkiem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) serkiem topionym(7) i wędliną oraz sałatką i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1) z wędliną i serem żółtym(7), sałatką i ogórkiem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z serkiem do smarowania, wędliną i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny Kanapki (1) z wędliną, sałatką i pomidorem Herbata	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kanapki z pieczywa graham (1) z serem topionym i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny Kanapki (1) z pastą z wędliny oraz sałatką z pomidora i ogórka Herbata
<b>Obiad</b>	Zupa ogórkowa z ryżem (9) Duszony filet w sosie ziołowym(1,7) Ziemniaki (7) Szpinak duszony Kompot owocowy Owoc	Krem z brokułów z ziemniakami (9) Pieczeń z mielonego mięsa wieprzowego w sosie warzywnym(9) Kasza jęczmienna Tarta marchewka Kompot owocowy Owoc	Jarzynowa z ryżem (9) Balotyna z kurczaka z warzywami w sosie własnym(9) Ziemniaki(7) Surówka z kapusty pekińskiej Kompot owocowy Owoc	Barszcz ukraiński z fasolą (9) Dorsz pieczony Ziemniaki (7) Gotowane warzywa (kalafior, brokuł) Kompot owocowy Owoc	Zupa koperkowa z ryżem (1,9) Pulpeciki z indyka w sosie własnym Makaron ze szpinakiem (1) Buraczki tarte Kompot owocowy Owoc	Grycikowa (1,9) Pierś z kurczaka w sosie pieczarkowym (7) Ziemniaki (7) Surówka wielowarzywna Kompot owocowy Owoc	Zupa z soczewicy z ziemniakami (6,9) Zrazik z piersi kurczaka (1) ryż basmati Surówka z kiszzonego ogórka Kompot owocowy Owoc	Zupa pomidorowa z makaronem (1,9) Kotlet mielony (1) Ziemniaki (7) Surówka z kapusty pekińskiej Kompot owocowy Owoc	Zupa jarzynowa z ziemniakami (9) Gulasz wieprzowy (1,9) Kasza jęczmienna Buraczki tarte Kompot owocowy Owoc	Zupa brokułowa z makaronem (1,9) Kotlet schabowy(1) Ziemniaki (7) Surówka typu coleslaw (7) Kompot owocowy Owoc
<b>Kolacja</b>	Kanapki z pieczywa graham(1) z kłosem pieczonym i papryką herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z pastą z jajeczno-twarogową(4,7) i ogórkiem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z pastą i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z pastą z jajeczno-twarogową(3,7) i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z pastą z twarogu i rzodkiewki(7) oraz z ogórkiem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z pastą z twarogu i szczypiorkiem (7) Herbata	Kanapki (1)z chleba graham z pastą z twarogu ze szczypiorkiem (7) Herbata	Kanapki (1)z pieczywa graham z pastą ze szprotą i pasztetem z twarogu oraz rzodkiewką (4,7) Herbata	Kanapki (1)z pieczywa mieszanego z wędliną i serkiem do smarowania (7) oraz ogórkiem Herbata	Kanapki(1) z pastą z twarogu (7) i szczypiorka z pomidorem Herbata
<b>Posiłek nocny</b>	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)
<b>Składniki odżywcze</b>	KALORIE 2113 KCAL BIAŁKO – 96g WĘGLOWODAN Y – 304,5g W TYM CUKRY – 29g TŁUSZCZE – 65,8g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 26,6g BŁONNIK – 42,9g SÓL – 7,1g	KALORIE 2365 KCAL BIAŁKO – 99,9g WĘGLOWODAN Y – 356,6g W TYM CUKRY – 31g TŁUSZCZE – 69,3g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 26,4g BŁONNIK – 46,3g SÓL – 6,3g	KALORIE 2169 KCAL BIAŁKO – 93,3g WĘGLOWODAN Y – 332,5g W TYM CUKRY – 30,6g TŁUSZCZE – 61,2g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 24,7g BŁONNIK – 45,4g SÓL – 7,3g	KALORIE 2193 KCAL BIAŁKO – 94,2g WĘGLOWODAN Y – 325,6g W TYM CUKRY – 31,6g TŁUSZCZE – 66,1g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 23g BŁONNIK – 50,5g SÓL – 7g	KALORIE 2339 KCAL BIAŁKO – 97,3g WĘGLOWODAN Y – 328,8g W TYM CUKRY – 28,3g TŁUSZCZE – 76,7g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 23g BŁONNIK – 45,7g SÓL – 7,5g	KALORIE 2295 KCAL BIAŁKO – 108,1g WĘGLOWODAN Y – 313,7g W TYM CUKRY – 29,4g TŁUSZCZE – 77,5g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 25,2g BŁONNIK – 46,2g SÓL – 5,5g	KALORIE 2227 KCAL BIAŁKO – 95,2g WĘGLOWODAN Y – 325,3g W TYM CUKRY – 24,6g TŁUSZCZE – 69,9g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 15,6g BŁONNIK – 47,9g SÓL – 5,6g	KALORIE 2128 KCAL BIAŁKO – 99g WĘGLOWODAN Y – 313,2g W TYM CUKRY – 25,5g TŁUSZCZE – 62,6g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 12,5g BŁONNIK – 43,8g SÓL – 5,7g	KALORIE 2269 KCAL BIAŁKO – 106,6g WĘGLOWODAN Y – 356,9g W TYM CUKRY – 23,3g TŁUSZCZE – 56,7g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 14,2g BŁONNIK – 47,5g SÓL – 4,6g	KALORIE 2223 KCAL BIAŁKO – 101,8g WĘGLOWODAN Y – 329,3g W TYM CUKRY – 25,7g TŁUSZCZE – 64,2g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 10,3g BŁONNIK – 42,3g SÓL – 4,3g

## SPIS ALERGENÓW:

- 1.GLUTEN
- 2.SKORUPIAKI i produkty pochodne
- 3.JAJA i produkty pochodne
- 4.RYBY i produkty pochodne
- 5.ORZESZKI ZIEMNE (arachidowe) i produkty pochodne
- 6.SOJA i produkty pochodne
- 7.MLEKO i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
- 8.ORZECY
- 9.SELER i produkty pochodne
- 10.GORCZYCA i produkty pochodne
- 11.NASIONA SEZAMU i produkty pochodne
- 12.DWUTLENEK SIARKI
- 13.ŁUBIN i produkty pochodne
- 14.MIĘCZAKI i produkty pochodne