

DIETA PODSTAWOWA

Dzień	3.04.2025	4.04.2025	5.04.2025	6.04.2025	7.04.2025	8.04.2025	9.04.2025	10.04.2025	11.04.2025	12.04.2025
Śniadanie	Jogurt naturalny (7) Kanałki z pieczywa graham(1) z serkiem typu bieluch(7) i papryką Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanałki z pieczywa graham(1) z hummusem(6) oraz ogórkiem zielony 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	Kanałki z pieczywa graham (1) z pastą jajeczno-twarogową (3,7) ogórkiem zielonym Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanałki z pieczywa graham(1) z serkiem do smarowania (7), wędliną i pomidorem Herbata
Obiad	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	Zupa szpinakowa z ryżem (7,9) Dorsz pieczony (4) Ziemniaki gotowane (7) Surówka z marchewki i jabłka Kompot owocowy Owoc	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) Spaghetti bolognese z mielonym mięsem duszonym i warzywami (1,9) (brokuł, kalafior) Kompot owocowy Owoc
Kolacja	Kanałki z pieczywa mieszanego(1) z wędliną i pomidorem Herbata	Kanałki z pieczywa mieszanego(1) z pastą z twarogu i marchewką(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 pasztetem 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 szprotą 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 wędliną i pomidorem Herbata	Kanałki (1) z pastą z ciecierzycy, twarogu oraz wędliną (6,7) z pomidorem Herbata	Kanałki z wędliną i papryką Herbata
Posiłek nocny	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)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)
Składniki odżywcze	KALORIE - 2213 KCAL BIAŁKO – 93,9g WĘGLOWODAN Y – 341,4g W TYM CUKRY – 36,7g TŁUSZCZE – 61g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 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 NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 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 NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 26g BŁONNIK – 41,4g SÓL – 5,4g	KALORIE - 2323 KCAL BIAŁKO – 108,8g WĘGLOWODAN Y – 330g W TYM CUKRY – 28,5g TŁUSZCZE – 71,5g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 29,8g 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 NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 15g BŁONNIK – 40,5g SÓL – 4,6g	KALORIE 2130 KCAL BIAŁKO – 96,9g WĘGLOWODAN Y – 321,2g W TYM CUKRY – 30,2g TŁUSZCZE – 59,3g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 13,4g BŁONNIK – 38g SÓL – 5,4g	KALORIE 2341 KCAL BIAŁKO – 101,6g WĘGLOWODAN Y – 364g W TYM CUKRY – 31,7g TŁUSZCZE – 60,1g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 16,2g BŁONNIK – 39,2g SÓL – 4,5g	KALORIE 2253 KCAL BIAŁKO – 103,2g WĘGLOWODAN Y – 330,5g W TYM CUKRY – 31,7g TŁUSZCZE – 65,7g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 17,2g BŁONNIK – 39,8g SÓL – 4,4	KALORIE 2071 KCAL BIAŁKO – 79,8g WĘGLOWODAN Y – 321,4g W TYM CUKRY – 33,2g TŁUSZCZE – 58,4g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 12,2g BŁONNIK – 38g SÓL – 3,9g	KALORIE 2266 KCAL BIAŁKO – 106,5g WĘGLOWODAN Y – 346,8g W TYM CUKRY – 30,9g TŁUSZCZE – 57g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 11g BŁONNIK – 40,2g SÓL – 5,7g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Dzień	3.04.2025	4.04.2025	5.04.2025	6.04.2025	7.04.2025	8.04.2025	9.04.2025	10.04.2025	11.04.2025	12.04.2025
Śniadanie	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 dzemem 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), sałatą 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, sałatą 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 sałatka z pomidora i ogórka Herbata	Kanapki z pieczywa pszennego(1) z pastą z białek jaj i twarogu, gotowana marchewka Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z serkiem do smarowania (7), wędliną i pomidorem Herbata
Obiad	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 (kalafior, 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)	Grycikowa (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)	Zupa szpinakowa z ryżem (7,9) Dorsz pieczony (4) Ziemniaki (7) Duszona cukinia i marchewka Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa ziemniaczana (9) Spaghetti bolognese z mielonym mięsem i warzywami (1,9) (brokuł, kalafior) Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)
Kolacja	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 szprotta i twarogu z duszoną(4,7) marchewką i cukinią Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego (1) z wędliną i serkiem do smarowania (7) oraz sałatą Herbata	Kanapki (1)z pastą z twarogu i wędliny oraz gotowanych buraczków (7) Herbata	Kanapka (1) z pastą z pomidorowo-twarogową (7) oraz marchewka Herbata	Kanapki (1)z wędliną i duszona papryką Herbata
Posiłek nocny	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)	Wafle ryżowe + pasta z warzyw (9)	Wafle ryżowe + pasta z warzyw (9)
Składniki odżywcze	KALORIE 2198 KCAL BIAŁKO – 94,2g WĘGLOWODAN Y – 342,8g W TYM CUKRY – 31,1g TLUSZCZE – 57,8g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 24,3g	KALORIE 2131 KCAL BIAŁKO – 87,3g WĘGLOWODAN Y – 338,2g W TYM CUKRY – 33g TLUSZCZE – 55,5g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 21,8g	KALORIE 2391 KCAL BIAŁKO – 97,1g WĘGLOWODAN Y – 346,7g W TYM CUKRY – 28g TLUSZCZE – 72,6g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 27,1g	KALORIE 2352 KCAL BIAŁKO – 105,7g WĘGLOWODAN Y – 338,6g W TYM CUKRY – 31,3g TLUSZCZE – 72,6g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 21,6g	KALORIE 2178 KCAL BIAŁKO – 78,1g WĘGLOWODAN Y – 357,7g W TYM CUKRY – 31,2g TLUSZCZE – 55,2g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 11,6g	KALORIE 2242 KCAL BIAŁKO – 92,9g WĘGLOWODAN Y – 336,5g W TYM CUKRY – 32,5g TLUSZCZE – 66,1g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 15,6g	KALORIE 2469 KCAL BIAŁKO – 104,1g WĘGLOWODAN Y – 386,7g W TYM CUKRY – 30,4g TLUSZCZE – 65g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 15,4g BŁONNIK – 40,2g	KALORIE 2443 KCAL BIAŁKO – 105,7g WĘGLOWODAN Y – 340,7g W TYM CUKRY – 31,8g TLUSZCZE – 81,1g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 15g	KALORIE 2033 KCAL BIAŁKO – 73,9g WĘGLOWODAN Y – 317,9g W TYM CUKRY – 31,9g TLUSZCZE – 57,3g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 12,7g	KALORIE 2154 KCAL BIAŁKO – 99g WĘGLOWODAN Y – 330,6g W TYM CUKRY – 29,3g TLUSZCZE – 54,5g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 14,8g

	BŁONNIK – 34,4g SÓL – 7,4g	BŁONNIK – 37,4g SÓL – 7,2g	BŁONNIK – 35,6g SÓL – 7,3g	BŁONNIK – 38,6g SÓL – 5,7g	BŁONNIK – 31,5g SÓL – 4,8	BŁONNIK – 37,8g SÓL – 5,6g	SÓL – 4,6g	BŁONNIK – 41g SÓL – 4,2g	BŁONNIK – 32,6 g SÓL – 3,7	BŁONNIK – 39,4g SÓL – 6,1
--	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	------------------------------	-------------------------------	------------	-----------------------------	-------------------------------	------------------------------

DIETA Z ORGANICZONĄ ZAWARTOŚCIĄ ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Dzień	3.04.2025	4.04.2025	5.04.2025	6.04.2025	7.04.2025	8.04.2025	9.04.2025	10.04.2025	11.04.2025	12.04.2025
Śniadanie	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 zielony Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) serkiem topionym(7) i wędliną oraz sałatą i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1) z wędliną i serem żółtym(7), sałatą i ogórkiem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z serkiem do smarowania, wędliną i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny Kanapki (1) z wędliną, sałatą 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 sałatka z pomidora i ogórka Herbata	Kanapki z pieczywa graham (1)z pastą jajeczno-twarogową ogórkiem zielonym Herbata	Jogurt naturalny Kanapki z pieczywa graham (1) z serkiem do smarowania, wędliną i pomidorem Herbata
Obiad	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	Zupa szpinakowa z ryżem (7,9) Dorsz pieczony (4) Ziemniaki (7) Surówka z marchewki i jabłka Kompot owocowy Owoc	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) Spaghetti bolognese z mielonym mięsem i warzywami (1,9) (brokuł, kalafior) Kompot owocowy Owoc
Kolacja	Kanapki z pieczywa graham(1) z wędliną i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z pastą 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 paszтетem pieczonym(3,9) oraz jajkiem na twardo(3) oraz ogórkiem kiszonym Herbata	Kanapki (1)z chleba graham z pastą z twarogu ze szczypiorkiem (7) Herbata	Kanapki (1)z pieczywa graham z pastą ze szprotta i 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 wędliną i serkiem Herbata	Kanapka(1) z pastą z ciecierzycy, twarogu oraz marchewki (6,7)z pomidorem Herbata	Kanapki (1)z wędliną i papryką Herbata
Posiłek nocny	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)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (8)
Składniki odżywcze	KALORIE 2169 KCAL BIAŁKO – 93,3g WĘGLOWODAN Y – 332,5g W TYM CUKRY – 30,6g TLUSZCZE – 61,2g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 24,7g	KALORIE 2193 KCAL BIAŁKO – 94,2g WĘGLOWODAN Y – 325,6g W TYM CUKRY – 31,6g TLUSZCZE – 66,1g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 23g	KALORIE 2339 KCAL BIAŁKO – 97,3g WĘGLOWODAN Y – 328,8g W TYM CUKRY – 28,3g TLUSZCZE – 76,7g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 23g	KALORIE 2295 KCAL BIAŁKO – 108,1g WĘGLOWODAN Y – 313,7g W TYM CUKRY – 29,4g TLUSZCZE – 77,5g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 25,2g	KALORIE 2227 KCAL BIAŁKO – 95,2g WĘGLOWODAN Y – 325,3g W TYM CUKRY – 24,6g TLUSZCZE – 69,9g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 15,6g	KALORIE 2128 KCAL BIAŁKO – 99g WĘGLOWODAN Y – 313,2g W TYM CUKRY – 25,5g TLUSZCZE – 62,6g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 12,5g	KALORIE 2269 KCAL BIAŁKO – 106,6g WĘGLOWODAN Y – 356,9g W TYM CUKRY – 23,3g TLUSZCZE – 56,7g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 14,2g	KALORIE 2223 KCAL BIAŁKO – 101,8g WĘGLOWODAN Y – 329,3g W TYM CUKRY – 25,7g TLUSZCZE – 64,2g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 10,3g	KALORIE 2106 KCAL BIAŁKO – 81,5g WĘGLOWODAN Y – 318,1g W TYM CUKRY – 22,6g TLUSZCZE – 64,1g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 21,1g	KALORIE 2218 KCAL BIAŁKO – 110,4g WĘGLOWODAN Y – 332,8g W TYM CUKRY – 21,9g TLUSZCZE – 57,3g W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 10,7g

	BŁONNIK – 45,4g SÓL – 7,3g	BŁONNIK – 50,5g SÓL – 7g	BŁONNIK – 45,7g SÓL – 7,5g	BŁONNIK – 46,2g SÓL – 5,5g	BŁONNIK – 47,9g SÓL – 5,6g	BŁONNIK – 43,8g SÓL – 5,7g	BŁONNIK – 47,5g SÓL – 4,6g	BŁONNIK – 42,3g SÓL – 4,3g	BŁONNIK – 43,8g SÓL – 3,8g	BŁONNIK – 43,4g SÓL – 6,8
--	-------------------------------	-----------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	------------------------------

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. ORZECHY
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