

## DIETA PODSTAWOWA

Dzień	8.04.2026	9.04.2026	10.04.2026	11.04.2026	12.04.2026	13.04.2026	14.04.2026	15.04.2026	16.04.2026	17.04.2026
<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku(1,7) Kanapki(1) z serkiem topionym(7) i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham (1)z klopsem do kanapek i sałatka z pomidora z ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1)z pastą jajeczno-twarogową (3,7) z ogórkiem oraz dżemem Herbata	Kanapki z pieczywa graham (1) z serkiem typu bieluch(7) i wędliną oraz pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1) z wędliną i serem żółtym(7), sałatą i ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1) z wędliną i papryką oraz dżemem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1) z pastą z twarogu(7) i ogórek Herbata	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kanapki z pieczywa graham(1) z wędliną i sałatką z pomidorom 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 zielony oraz dżemem Herbata
<b>Obiad</b>	Minestrone z ziemniakami (1,7,9) Klops mięsno-warzywny pieczony (9) Kasza jęczmienna gotowana Brokuł gotowany Kompot owocowy Owoc	Zupa szpinakowa z zacierką (1,9) Kotlet drobiowy (1) Ziemniaki (7) Surówka typu coleslaw Kompot owocowy Owoc	Zupa kalafiorowa z upa kalafiorowa z ryżem (1,7,9) Miruna pieczona w piekarniku Ziemniaki (7) Surówka z kiszzonek kapusty Kompot owocowy Owoc	Zupa pomidorowa z makaronem (1,9) Chili con carne ze schabem i warzywami Ryż basmatti Kompot owocowy Owoc	Grysikowa (1,9) Pierś z kurczaka w sosie pieczarkowym (7) Ziemniaki(7) Surówka wielowarzywna Kompot owocowy Owoc	Krem z dynią i soczewicy z grzankami (1,6,9) Makaron z serem białym na słodko z sosem jogurtowo-owocowym (1,7) Kompot owocowy Owoc	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
<b>Kolacja</b>	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z wędliną i serkiem do smarowania(7) oraz ogórkiem	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z serkiem(7) typu bieluch oraz pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z hummusem pomidorowym (6) i papryka Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pastą twarogową (7)ze szczypiorkiem i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pasztetem pieczonym(3,9) oraz jajkiem na twardo (3) oraz ogórkiem kiszonym Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z serem żółtym (7), sałatą i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z klopsiem pieczonym i papryką herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pastą z twarogu oraz szprota (4,7) i ogórkiem Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z wędliną i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pastą jajeczno-twarogową(3,7) i pomidorem Herbata
<b>Posiłek nocny</b>	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (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 (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)
<b>Składniki odżywcze</b>	KALORIE 2392 KCAL BIAŁKO – 93,2g WĘGLOWODANY – 354,5g W TYM CUKRY – 28,2g TŁUSZCZE – 74,7g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 13,4g BŁONNIK – 40,9g	KALORIE - 2121 KCAL BIAŁKO – 92,4g WĘGLOWODANY – 315,2g W TYM CUKRY – 32,6g TŁUSZCZE – 63,1g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 20,7g BŁONNIK – 42,5g	KALORIE - 2016 KCAL BIAŁKO – 69,9g WĘGLOWODANY – 317,4g W TYM CUKRY – 36,5g TŁUSZCZE – 58,9g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 19,9g BŁONNIK – 39,5g	KALORIE - 1992 KCAL BIAŁKO – 92,6g WĘGLOWODANY – 308,1g W TYM CUKRY – 31,6g TŁUSZCZE – 50,2g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 20,3g BŁONNIK – 34,3g	KALORIE - 2323 KCAL BIAŁKO – 108,8g WĘGLOWODANY – 330g W TYM CUKRY – 28,7g TŁUSZCZE – 71,5g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 29,8g BŁONNIK – 40,8g	KALORIE - 2223 KCAL BIAŁKO – 85,4g WĘGLOWODANY – 368,7g W TYM CUKRY – 39,6g TŁUSZCZE – 52,8g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 21,7g BŁONNIK – 40,5g	KALORIE - 2195 KCAL BIAŁKO – 97,9g WĘGLOWODANY – 319,7g W TYM CUKRY – 29,3g TŁUSZCZE – 66,1g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 20,6g BŁONNIK – 37,8g	KALORIE - 2406 KCAL BIAŁKO – 100,4g WĘGLOWODANY – 365g W TYM CUKRY – 30,3g TŁUSZCZE – 69,1g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 24,7g BŁONNIK – 41,5g	KALORIE - 2213 KCAL BIAŁKO – 93,9g WĘGLOWODANY – 341,4g W TYM CUKRY – 36,7g TŁUSZCZE – 61g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 24,7g BŁONNIK – 40,9g	KALORIE - 2177 KCAL BIAŁKO – 89,5g WĘGLOWODANY – 331,3g W TYM CUKRY – 33,5g TŁUSZCZE – 62,5g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 20,7g BŁONNIK – 42,4g

	SÓL – 4,4g	SÓL – 4,2g	SÓL – 5,1g	SÓL – 5g	SÓL – 5,6g	SÓL – 4,9g	SÓL – 6,1g	SÓL – 5,4g	SÓL – 5,4g	SÓL – 4,7g
--	------------	------------	------------	----------	------------	------------	------------	------------	------------	------------

## DIETA ŁATWOSTRAWNA

Dzień	8.04.2026	9.04.2026	10.04.2026	11.04.2026	12.04.2026	13.04.2026	14.04.2026	15.04.2026	16.04.2026	17.04.2026
<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kanapki (1)z serkiem typu bieluch (7) i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z klopsem do kanapek i duszona papryka Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) pastą z białek jaj i twarogu (3,7) z sałatą 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), sałata i ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny(7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z wędliną i duszoną papryką oraz dżemem Herbata	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) z serkiem typu bieluch(7) i 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
<b>Obiad</b>	Minestrone z ziemniakami (1,7,9) Klops mięsno-warzywny (9) Kasza jęczmienna Brokuł gotowany Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa szpinakowa z zacierką (1,9) Pulpet drobiowo-wieprzowy duszony w sosie własnym Ziemniaki (7) Gotowane warzywa (brokuł, kalafior, marchew) z olejem Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa kalafiorowa z ryżem (1,7,9) Miruna pieczona w piekarniku Ziemniaki (7) Duszone warzywa z ryby po grecku (marchew, pietruszka) Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa pomidorowa z makaronem (1,9) Chilli con carne drobiowe z warzywami Ryż basmatti Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Grycikowa (1,9) Piersz z kurczaka w sosie piomidorowym (7) Ziemniaki (7) Duszony szpinak Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Krem z warzyw korzeniowych z grzankami (1,9) Makaron z serem białym na słodko z sosem jogurtowo-owocowym (1,7) Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	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 własnym(9) Ziemniaki (7) 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) Duszone 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)
<b>Kolacja</b>	Kanapki (1)z pieczywa mieszanego z wędliną i serkiem do smarowania (7) oraz duszone warzywa Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z serkiem typu bieluch(7) oraz pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pastą z twarogu(7) i duszonego pomidora Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pastą twarogową z natką pietruszki(7) i duszonym szpinakiem Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pasztetem pieczonym(3,9) oraz wędliną oraz ogórkiem kiszonym Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z serem białym(7) i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z klopsem pieczonym i pieczoną papryką herbata	Kanapki z pieczywa mieszanego(1) z pastą z twarogu oraz szprota(4,7) i duszona 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
<b>Posiłek nocny</b>	Wafle ryżowe + pasta z warzyw (9)	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	Wafle ryżowe + pasta z warzyw	Wafle ryżowe + pasta z warzyw
<b>Składniki odżywcze</b>	KALORIE 2473 KCAL BIAŁKO – 98,8g WĘGLOWODANY – 365g W TYM CUKRY – 33,1g TŁUSZCZE – 76,1g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 18,9g BŁONNIK – 37,4g SÓL – 5,7g	KALORIE 2180 KCAL BIAŁKO – 96g WĘGLOWODANY – 328,3g W TYM CUKRY – 33,6g TŁUSZCZE – 60,2g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 20,3g BŁONNIK – 37,2g SÓL – 5g	KALORIE 2055 KCAL BIAŁKO – 76,7g WĘGLOWODANY – 323,1g W TYM CUKRY – 30,3g TŁUSZCZE – 56,7g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 19,8g BŁONNIK – 35,6g SÓL – 4,4g	KALORIE 2145 KCAL BIAŁKO – 99,5g WĘGLOWODANY – 328,6g W TYM CUKRY – 26,8g TŁUSZCZE – 54,7g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 19,9g BŁONNIK – 29g SÓL – 5g	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 2156 KCAL BIAŁKO – 78g WĘGLOWODANY – 358,8g W TYM CUKRY – 33,4g TŁUSZCZE – 51,3g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 21,5g BŁONNIK – 32,4g SÓL – 6g	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

## DIETA Z ORGANICZONĄ ZAWARTOŚCIĄ ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW

Dzień	8.04.2026	9.04.2026	10.04.2026	11.04.2026	12.04.2026	13.04.2026	14.04.2026	15.04.2026	16.04.2026	17.04.2026
<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kanapki (1)z serkiem topionym i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1) z klopsiem do kanapek i sałatka z pomidora z ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1) pastą jajeczno-twarogową (3,7) z ogórkiem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z serkiem typu bieluch(7) i wędliną oraz pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1) z wędliną i serem żółtym(7), sałatą i ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa graham(1) wędliną i papryką Herbata	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 zielony Herbata
<b>Obiad</b>	Minestrone z ziemniakami (1,7,9) Klops mięsno-warzywny (9) Kasza jęczmienna Brokuł gotowany Kompot owocowy Owoc	Zupa szpinakowa z zacierką (1,9) Kotlet drobiowy (1) Ziemniaki (7) Surówka typu coleslaw Kompot owocowy Owoc	Zupa kalafiorowa z ryżem (1,7,9) Miruna pieczona w piekarniku Ziemniaki (7) Surówka z kiszonej kapusty Kompot owocowy Owoc	Zupa pomidorowa z makaronem (1,9) Chili con carne ze schabem i warzywami Ryż basmati Kompot owocowy Owoc	Grycikowa (1,9) Pierś z kurczaka w sosie pieczarkowym (7) Ziemniaki (7) Surówka wielowarzywna Kompot owocowy Owoc	Krem z warzyw korzeniowych i soczewicy z grzankami (1,6,9) Spaghetti bolognese z mięsa drobiowego (1) Gotowany kalafior Kompot owocowy Owoc	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
<b>Kolacja</b>	Kanapki (1)z pieczywa mieszanego z wędliną i serkiem do smarowania (7) oraz ogórkiem	Kanapki z pieczywa graham(1) z serkiem typu bieluch(7) oraz pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z hummusem pomidorowym(6) i papryką Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z pastą twarogową(7) ze szczypiorkiem i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z pasztetem pieczonym(3,9) oraz jajkiem na twardo(3) oraz ogórkiem kiszonym Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z serem żółtym(7), sałatą i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z klopsiem pieczonym i papryką herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z pastą z twarogu oraz szprota(4,7) i ogórkiem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z wędliną i pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa graham(1) z pastą jajeczno-twarogową(3,7) i pomidorem Herbata
<b>Posiłek nocny</b>	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (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 (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)	Wafle ryżowe + pasta ze słonecznika (5,8)
<b>Składniki odżywcze</b>	KALORIE 2394 KCAL BIAŁKO – 94,1g WĘGLOWODAN Y – 346,5g W TYM CUKRY – 24,8g TŁUSZCZE – 79,2g W TYM NASYCONE KW. TŁUSZCZOWE – 19,5g	KALORIE 2085 KCAL BIAŁKO – 92g WĘGLOWODAN Y – 299,6g W TYM CUKRY – 33,2g TŁUSZCZE – 67,3g W TYM NASYCONE KW. TŁUSZCZOWE – 21,8g	KALORIE 2034 KCAL BIAŁKO – 72,3g WĘGLOWODAN Y – 300,7g W TYM CUKRY – 33,9g TŁUSZCZE – 68,5g W TYM NASYCONE KW. TŁUSZCZOWE – 22,7g	KALORIE 2266 KCAL BIAŁKO – 112,7g WĘGLOWODAN Y – 335,8g W TYM CUKRY – 34,6g TŁUSZCZE – 64,8g W TYM NASYCONE KW. TŁUSZCZOWE – 22,2g	KALORIE 2295 KCAL BIAŁKO – 108,1g WĘGLOWODAN Y – 313,7g W TYM CUKRY – 29,4g TŁUSZCZE – 77,5g W TYM NASYCONE KW. TŁUSZCZOWE – 25,2g	KALORIE 2329 KCAL BIAŁKO – 103,2g WĘGLOWODAN Y – 350,2g W TYM CUKRY – 33,4g TŁUSZCZE – 66,2g W TYM NASYCONE KW. TŁUSZCZOWE – 24,9g	KALORIE 2113 KCAL BIAŁKO – 96g WĘGLOWODAN Y – 304,5g W TYM CUKRY – 29g TŁUSZCZE – 65,8g W TYM NASYCONE KW. TŁUSZCZOWE – 26,6g	KALORIE 2365 KCAL BIAŁKO – 99,9g WĘGLOWODAN Y – 356,6g W TYM CUKRY – 31g TŁUSZCZE – 69,3g W TYM NASYCONE KW. TŁUSZCZOWE – 26,4g	KALORIE 2169 KCAL BIAŁKO – 93,3g WĘGLOWODAN Y – 332,5g W TYM CUKRY – 30,6g TŁUSZCZE – 61,2g W TYM NASYCONE KW. TŁUSZCZOWE – 24,7g	KALORIE 2193 KCAL BIAŁKO – 94,2g WĘGLOWODAN Y – 325,6g W TYM CUKRY – 31,6g TŁUSZCZE – 66,1g W TYM NASYCONE KW. TŁUSZCZOWE – 23g

	BŁONNIK – 46,2g SÓL – 4,5g	BŁONNIK – 47,5g SÓL – 4,1g	BŁONNIK – 44,9g SÓL – 5,2g	BŁONNIK – 44,7g SÓL – 5,1g	BŁONNIK – 46,2g SÓL – 5,5g	BŁONNIK – 42,2g SÓL – 6,6g	BŁONNIK – 42,9g SÓL – 7,1g	BŁONNIK – 46,3g SÓL – 6,3g	BŁONNIK – 45,4g SÓL – 7,3g	BŁONNIK – 50,5g SÓL – 7g
--	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-------------------------------	-----------------------------

## 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