

DIETA PODSTAWOWA

Dzień	17.07.2026	18.07.2026	19.07.2026	20.07.2026	21.07.2026	22.07.2026	23.07.2026	24.07.2026	25.07.2026	26.07.2026
Śniadanie	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1) z masłem (7) z pastą jajeczną (3,7) papryką Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1) z masłem (7) z serkiem do smarowania (7), wędliną i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1) z masłem (7) z wędliną, żółtym serem(7), sałatą i pomidorem Herbata	Kasza manna na mleku (1,7) Knapki z pieczywa graham (1) masłem (7) wędliną z papryką Herbata	Jogurt naturalny(7) Knapki z pieczywa graham (1) z masłem (7) z serem żółtym(7) i dżemem Herbata	Płatki owsiane na mleku (1,7) Knapki z pieczywa graham (1) z masłem (7) z serkiem topionym(7) i ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7) z pastą mięsno-warzywną i sałatką z pomidora z ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7) z pastą jajeczno-twarogową (3,7) z ogórkiem oraz dżemem Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7) z serkiem typu bieluch(7) i wędliną oraz pomidorem i sałatą mix Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7) z wędliną i serem żółtym(7), sałatą i ogórkiem Herbata
Obiad	Zupa brokułowa z kaszą manną (1,9) Dorsz pieczony (3,4) Ziemniaki pure (7) Surówka z marchewki i jabłka Kompot owocowy Owoc	Krupnik z ziemniakami (1,9) Makaron spaghetti bolognese z mielonym mięsem duszonym i cukinią (1,9) Kompot owocowy Owoc	Rosół z makaronem (1,3,9) Udko z kurczaka pieczone Ziemniaki pure (7) Kapusta czerwona gotowana Kompot owocowy Owoc	Zupa fasolowa z makaronem (1,6,9) Jajko w sosie koperkowym (1,3,7) Ziemniaki pure (7) Marchewka mini gotowana Kompot owocowy Owoc	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) Potrawka z duszonego kurczaka z warzywami (1,7,9) Ryż basmati gotowany Surówka z białej kapusty i ogórka Kompot owocowy Owoc	Zupa jarzynowa z ziemniakami (9) Klops mięsno-warzywny (9) Kasza jęczmienna (7) Brokuł gotowany Kompot owocowy Owoc	Zupa szpinakowa z zacierką zabieleną (1,7,9) Kotlet drobiowy (1,3) Ziemniaki pure (7) Marchewka z groszkiem Kompot owocowy Owoc	Zupa pomidorowa z makaronem zabieleną(1,7,9) Miruna pieczona w piekarniku Ziemniaki pure (7) Surówka z kiszzonej kapusty Kompot owocowy Owoc	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,9) Chili con carne ze schabem i warzywami Ryż basmati Kompot owocowy Owoc	Grycikowa (1,9) Pierś z kurczaka w sosie pieczarkowym (1,7) Ziemniaki pure (7) Surówka wielowarzywna Kompot owocowy Owoc
Kolacja	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z masłem (7) z pastą z pomidorowo-twarogową (7)oraz sałata mix Herbata	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z wędliną i papryką oraz miodem Herbata	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z pieczonym pasztetem (3,9)z warzywami ogórkiem kiszonym Herbata	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z pastą z twarogu i szprota (4,7) z pomidorem Herbata	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z wędliną i rzodkiewką Herbata	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z wędliną i serkiem do smarowania(7) oraz pomidorem Herbata	Knapki z pieczywa mieszanego (1) z masłem (7) z serkiem(7) typu bieluch oraz pomidorem Herbata	Knapki z pieczywa mieszanego (1) z masłem (7) z hummusem pomidorowym (6) i papryką Herbata	Knapki z pieczywa mieszanego (1) z masłem (7) z pastą twarogową (7)ze szczypiorkiem i pomidorem Herbata	Knapki z pieczywa mieszanego (1) z masłem (7) z jajkiem na twardo (3) oraz ogórkiem kiszonym Herbata
Posiłek nocny	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)
Składniki odżywcze	KALORIE 2071 KCAL BIAŁKO – 79,8g WĘGLOWODAN Y – 321,4g W TYM CUKRY – 33,2g TŁUSZCZE – 58,4g	KALORIE 2266 KCAL BIAŁKO – 106,5g WĘGLOWODAN Y – 346,8g W TYM CUKRY – 30,9g TŁUSZCZE – 57g W TYM	KALORIE 2228 KCAL BIAŁKO – 100,1g WĘGLOWODAN Y – 321,4g W TYM CUKRY – 32,6g TŁUSZCZE – 69,2g	KALORIE 2444 KCAL BIAŁKO – 100,5g WĘGLOWODAN Y – 401g W TYM CUKRY – 29,4g TŁUSZCZE – 57,8g	KALORIE 2154 KCAL BIAŁKO – 95g WĘGLOWODAN Y – 350,3g W TYM CUKRY – 28,7g TŁUSZCZE – 50,2g	KALORIE 2392 KCAL BIAŁKO – 93,2g WĘGLOWODAN Y – 354,5g W TYM CUKRY – 28,2g TŁUSZCZE – 74,7g	KALORIE - 2121 KCAL BIAŁKO – 92,4g WĘGLOWODAN Y – 315,2g W TYM CUKRY – 32,6g TŁUSZCZE – 63,1g	KALORIE - 2016 KCAL BIAŁKO – 69,9g WĘGLOWODAN Y – 317,4g W TYM CUKRY – 36,5g TŁUSZCZE – 58,9g	KALORIE - 1992 KCAL BIAŁKO – 92,6g WĘGLOWODAN Y – 308,1g W TYM CUKRY – 31,6g TŁUSZCZE – 50,2g	KALORIE - 2323 KCAL BIAŁKO – 108,8g WĘGLOWODAN Y – 330g W TYM CUKRY – 28,7g TŁUSZCZE – 71,5g

	W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 12,2g BŁONNIK – 38g SÓL – 3,9g	NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 11g BŁONNIK – 40,2g SÓL – 5,7g	W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 15,6g BŁONNIK – 41,8g SÓL – 5,8g	W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 13,8g BŁONNIK – 45,5g SÓL – 5,2g	W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 11,5g BŁONNIK – 37,6g SÓL – 6g	W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 13,4g BŁONNIK – 40,9g SÓL – 4,4g	W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 20,7g BŁONNIK – 42,5g SÓL – 4,2g	W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 19,9g BŁONNIK – 39,5g SÓL – 5,1g	W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 20,3g BŁONNIK – 34,3g SÓL – 5g	W TYM NASYCONE KW. TLUSZCZOWE – 29,8 BŁONNIK – 40,8g SÓL – 5,6g
--	---	---	--	--	--	--	--	--	--	---

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Dzień	17.07.2026	18.07.2026	19.07.2026	20.07.2026	21.07.2026	22.07.2026	23.07.2026	24.07.2026	25.07.2026	26.07.2026
Śniadanie	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z masłem (7)z pastą z białek jaj i twarogu, i z pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z masłem (7)z serkiem do smarowania (7), wędliną i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego (1)z masłem (7)z wędliną, twarogiem (7), sałatą i pomidorem Herbata	Kasza manna na mleku (1,7) Kanapki z pieczywa pszennego (1)z masłem (7) z wędliną, pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego (1)z masłem (7)z białym serem (7) i pomidorem oraz dżemem Herbata	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kanapki z pieczywa pszennego (1)z masłem (7)z serkiem typu bieluch (7) i ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z masłem (7) z pasta mięsno-warzywna i sałatka z pomidora z ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z masłem (7) pastą z białek jaj i twarogu (3,7) z sałatą oraz dżemem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z masłem (7) i wędliną oraz pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Kanapki z pieczywa pszennego(1) z masłem (7) z wędliną i serkiem typu bieluch(7), sałatą i ogórkiem Herbata
Obiad	Zupa brokułowa z kaszą manną (1,9) Dorsz pieczony (3,4) Ziemniaki (7) Duszona cukinia i marchewka Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Krupnik z ziemniakami (1,9) Makaron spaghetti bolognese z mielonym mięsem i cukinią (1,9) Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Rosół z makaronem (1,3,9) Udko z kurczaka gotowane Ziemniaki (7) Mix warzyw gotowany Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa kalafiorowa z zacierką (1,9) Filet z kurczaka duszony w sosie ziołowym Ziemniaki pure(7) Marchewka mini gotowana Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Krem z białych jarzyn (9) Potrawka z kurczaka z warzywami (1,7,9) Ryż basmati Buraczki tarte gotowane z jabłkiem Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa jarzynowa z ziemniakami (9) Klops mięsno-warzywny (9) Kasza jęczmienna (7) Brokuł gotowany Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa szpinakowa z zacierką (1,9) Pulpet drobiowo-wieprzowy duszony w sosie własnym (1,3) Ziemniaki pure(7) Marchewka gotowana z olejem Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa pomidorowa z makaronem (1,9) Miruna pieczona w piekarniku Ziemniaki pure (7) Duszone warzywa z ryby po grecku (marchew, pietruszka) Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Zupa kalafiorowa z ryżem (1,7,9) Chilli con carne drobiowe z warzywami Ryż basmati Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)	Grycikowa (1,9) Pierś z kurczaka w sosie pomidorowym (7) Ziemniaki pure (7) Duszony szpinak Kompot owocowy Owoc (po obróbce termicznej)
Kolacja	Kanapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z pastą z pomidorowo-twarogową (7)oraz sałata mix Herbata	Kanapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z wędliną i ogórkiem oraz miodem Herbata	Kanapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z pieczonym pasztetem z warzywami (3,9) Herbata	Kanapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z pastą z twarogu i szprota z sałatą(4,7) Herbata	Kanapki z chleba mieszanego (1) z wędliną i oórkiem Herbata	Kanapki z chleba mieszanego (1) z wędliną i serkiem do smarowania (7) oraz pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa pszennego(1) z masłem (7) z serkiem typu bieluch(7) oraz pomidorem Herbata	Kanapki z pieczywa pszennego(1) z masłem (7) z pastą z twarogu(7) i duszonego pomidora Herbata	Kanapki z pieczywa pszennego(1) z masłem (7) z pasta twarogową z natką pietruszki(7) i sałata zieloną Herbata	Kanapki z pieczywa pszennego(1) z masłem (7) z pasztetem pieczonym(3,9) oraz wędliną oraz ogórkiem Herbata
Posiłek nocny	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)	Wafle ryżowe + pasta z warzyw	Wafle ryżowe + pasta z warzyw	Wafle ryżowe + pasta z warzyw	Wafle ryżowe + pasta z warzyw

Składniki odżywcze	KALORIE 2033 KCAL BIAŁKO – 73,9g WĘGLOWODAN Y – 317,9g W TYM CUKRY – 31,9g TŁUSZCZE – 57,3g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 12,7g BŁONNIK –32,6 g SÓL – 3,7	KALORIE 2154 KCAL BIAŁKO – 99g WĘGLOWODAN Y – 330,6g W TYM CUKRY – 29,3g TŁUSZCZE – 54,5g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 14,8g BŁONNIK – 39,4g SÓL – 6,1	KALORIE 2215 KCAL BIAŁKO – 99,1g WĘGLOWODAN Y – 329,1g W TYM CUKRY – 29,6g TŁUSZCZE – 64,3g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 14,9g BŁONNIK – 39,2g SÓL – 5,5g	KALORIE 2294 KCAL BIAŁKO – 99,2g WĘGLOWODAN Y – 339,4g W TYM CUKRY – 32,8g TŁUSZCZE – 67,8g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 19,1g BŁONNIK – 36,9g SÓL – 5,8	KALORIE 2126 KCAL BIAŁKO – 77,8g WĘGLOWODAN Y – 338,3g W TYM CUKRY – 31,8g TŁUSZCZE – 57,8g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 10g BŁONNIK – 31g SÓL – 4,9g	KALORIE 2473 KCAL BIAŁKO – 98,8g WĘGLOWODAN Y – 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 WĘGLOWODAN Y – 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 WĘGLOWODAN Y – 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 WĘGLOWODAN Y – 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 WĘGLOWODAN Y – 338,6g W TYM CUKRY – 31,3g TŁUSZCZE – 72,6g W TYM NASYCONY KW. TŁUSZCZOWE – 21,6g BŁONNIK – 38,6g SÓL – 5,7g
---------------------------	--	--	---	--	--	---	---	---	--	--

DIETA Z OGRANICZONĄ ILOŚCIĄ ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)

Dzień	17.07.2026	18.07.2026	19.07.2026	20.07.2026	21.07.2026	22.07.2026	23.07.2026	24.07.2026	25.07.2026	26.07.2026
Śniadanie	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7) z pastą jajeczną i papryką Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7) z serkiem do smarowania, wędliną i mix sałat Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7) z wędliną, żółtym serem, sałatą i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7) z wędliną, papryką Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7) z serem żółtym i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7) z serkiem topionym i pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7)z klopsiem do kanapek i sałatka z pomidora z ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7)z pastą jajeczną-twarogową (3,7) z ogórkiem Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7)z serkiem typu bieluch(7) i wędliną oraz pomidorem Herbata	Jogurt naturalny (7) Knapki z pieczywa graham (1)z masłem (7)z żółtym(7), sałatą i ogórkiem Herbata
Obiad	Zupa brokułowa z kaszą manną (1,9) Dorsz pieczony (3,4) Ziemniaki pure(7) Surówka z marchewki i jabłka Kompot owocowy Owoc	Krupnik z ziemniakami (1,9) Makaron spaghetti bolognese z mielonym mięsem i cukinią (1,9) Kompot owocowy Owoc	Rosół z makaronem (1,9) Udło z kurczaka pieczone Ziemniaki (7) Kapusta czerwona gotowana Kompot owocowy Owoc	Zupa fasolowa z makaronem (1,6,9) Jajko w sosie koperkowym (1,3,7) Ziemniaki pure (7) Marchewka min Kompot owocowy Owoc	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) Potrawka z kurczaka z warzywami (1,7,9) Ryż basmati Surówka z białej kapusty i ogórka Kompot owocowy Owoc	Zupa jarzynowa z ziemniakami (9) Klops mięsno-warzywny (9) Kasza jęczmienna (1) Brokuł gotowany Kompot owocowy Owoc	Zupa szpinakowa z zacierką (1,9) Kotlet drobiowy (1,3) Ziemniaki pure (7) Marchewka z groszkiem Kompot owocowy Owoc	Zupa pomidorowa z makaronem (1,9) Miruna pieczona w piekarniku Ziemniaki pure(7) Surówka z kiszzonej kapusty Kompot owocowy Owoc	Zupa kalafiorowa z ryżem (7,9) Chili con carne ze schabem w piekarniku Warzywami Ryż basmati Kompot owocowy Owoc	Grysiowa (1,9) Pierś z kurczaka w sosie pieczarkowym (7) Ziemniaki pure(7) Surówka wielowarzywna Kompot owocowy Owoc
Kolacja	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z masłem (7) z pastą z pomidorowo-twarogową (7)oraz	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z masłem (7) z wędliną i papryką Herbata	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z pieczonym pasztetem z warzywami i	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z pastą z twarogu i szprotą z pomidorem (4,7)	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z pieczywa mieszanego z wędliną i	Knapki z chleba mieszanego (1) z masłem (7) z wędliną i serkiem do smarowania (7) oraz pomidorem	Knapki z pieczywa mieszanego (1) z masłem (7) z serkiem typu bieluch(7) oraz	Knapki z pieczywa mieszanego (1) z masłem (7) z hummusem pomidorowym(6) i	Knapki z pieczywa mieszanego (1) z masłem (7) z pastą twarogową(7) ze szczypiorkiem i	Knapki z pieczywa mieszanego (1) z masłem (7) z pasztetem pieczonym(3,9)

	sałata mix Herbata		ogórkiem kiszonym (3,9) Herbata	Herbata	rzodkiewka Herbata	Herbata	pomidorem Herbata	papryka Herbata	pomidorem Herbata	oraz jajkiem na twardo(3) oraz ogórkiem kiszonym Herbata
Posiłek nocny	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)	Wafle ryżowe + pasta z ciecierzycy (6)
Składniki odżywcze	KALORIE 2106 KCAL BIAŁKO – 81,5g WĘGLOWODAN Y – 318,1g W TYM CUKRY – 22,6g TŁUSZCZE – 64,1g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWE – 21,1g BŁONNIK – 43,8g SÓL – 3,8g	KALORIE 2218 KCAL BIAŁKO – 110,4g WĘGLOWODAN Y – 332,8g W TYM CUKRY – 21,9g TŁUSZCZE – 57,3g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWE – 10,7g BŁONNIK – 43,4g SÓL – 6,8	KALORIE 2207 KCAL BIAŁKO – 99,4g WĘGLOWODAN Y – 313,6g W TYM CUKRY – 26,6g TŁUSZCZE – 71,7g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWE – 16,5g BŁONNIK – 46,9g SÓL – 5,7g	KALORIE 2360 KCAL BIAŁKO – 98,7g WĘGLOWODAN Y – 353,4g W TYM CUKRY – 23,4g TŁUSZCZE – 71,7g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWE – 19,4g BŁONNIK – 50,5g SÓL – 5,2g	KALORIE 2148 KCAL BIAŁKO – 100,2g WĘGLOWODAN Y – 334,6g W TYM CUKRY – 21,6g TŁUSZCZE – 54g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWE – 12,3g BŁONNIK – 42,6g SÓL – 6,9	KALORIE 2394 KCAL BIAŁKO – 94,1g WĘGLOWODAN Y – 346,5g W TYM CUKRY – 24,8g TŁUSZCZE – 79,2g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWE – 19,5g BŁONNIK – 46,2g SÓL – 4,5g	KALORIE 2085 KCAL BIAŁKO – 92g WĘGLOWODAN Y – 299,6g W TYM CUKRY – 33,2g TŁUSZCZE – 67,3g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWE – 21,8g BŁONNIK – 47,5g SÓL – 4,1g	KALORIE 2034 KCAL BIAŁKO – 72,3g WĘGLOWODAN Y – 300,7g W TYM CUKRY – 33,9g TŁUSZCZE – 68,5g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWE – 22,7g BŁONNIK – 44,9g SÓL – 5,2g	KALORIE 2266 KCAL BIAŁKO – 112,7g WĘGLOWODAN Y – 335,8g W TYM CUKRY – 34,6g TŁUSZCZE – 64,8g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWE – 22,2g BŁONNIK – 44,7g SÓL – 5,1g	KALORIE 2295 KCAL BIAŁKO – 108,1g WĘGLOWODAN Y – 313,7g W TYM CUKRY – 29,4g TŁUSZCZE – 77,5g W TYM NASYCONA KW. TŁUSZCZOWE – 25,2g BŁONNIK – 46,2g SÓL – 5,5g

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.ORZECHE
- 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