

JADŁOSPIS NA 2024-12-20 (piątek)

dieta podstawowa

Śniadanie

779 kcal
białko ogółem 30,65 g, błonnik pokarmowy 7 g,
kwasy tłuszczowe nasycone 16,36 g, sól 2,93
g, tłuszcz 29,42 g, węglowodany ogółem 95,35
g, węglowodany przyswajalne 26,68 g, cukry
15,81 g

zupa mleczna z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,7/

makaron 20 g, mleko1l.-karton 230 ml

chleb zwykły /Alergeny: 1/

chleb zwykły 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

ser żółty /Alergeny: 7/

ser żółty 25 g

paprykarz drobiowy /Alergeny: 1,9/

paprykarz drobiowy 40,0004 g

Papryka czerwona kg

Papryka czerwona kg 45 g

roszponka

roszponka 20 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 2,00004 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

40 kcal
białko ogółem 0,6 g, cukry 7,8 g, tłuszcz 0,2 g,
węglowodany ogółem 7,9 g

grapefruit czerwony

grapefruit czerwony 100 g

Obiad

628 kcal
białko ogółem 38,4 g, błonnik pokarmowy 6,89 g,
cukry 5,3 g, kwasy tłuszczowe nasycone 2,09
g, tłuszcz 6,47 g, węglowodany ogółem 109,03
g, sól 2,91 g, węglowodany przyswajalne 91,21 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,1 g

Zupa pieczarkowa z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny:
7,1,6,9,3,10/

śmietana 12% tł. 10 g, skrzydełka 10 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, pieczarki 50 g, marchew 30
g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, mąka pszenna 15 g, makaron 15 g

Filet z miruny pieczony 120 g pieczenie /Alergeny: 4,1,6,9,10/

filet z miruny patag. 130 g, przyprawa do ryb 1 g, mąka pszenna 1 g, pieprz cytrynowy 1 g

Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na
parze /Alergeny: 6,7/

Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 1 g

Kompot cytrynowy bez cukru 250 ml /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 300 ml, cytryna 50 g

Kolacja

584 kcal
białko ogółem 17,09 g, błonnik pokarmowy 8,76
g, cukry 5,76 g, kwasy tłuszczowe nasycone
10,92 g, sól 1,5 g, tłuszcz 17,09 g, węglowodany
ogółem 88,26 g, węglowodany przyswajalne
20,76 g

chleb zwykły /Alergeny: 1/

chleb zwykły 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

serek naturalny /Alergeny: 7/

serek naturalny 40,0005 g

Salatka ryżowa z brokułem i marchewką 100 g gotowanie
tradycyjne /Alergeny: 1,7/

ryż 25 g, Brokuł mrożony kg 40 g, Marchew mrożona 40 g, koper 1,9998 g, pietruszka nać 1,9998 g, Jogurt
naturalny 5,556 g

rzodkiewka

rzodkiewka 19,99965 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2031 kcal, białko ogółem 86,74 g, błonnik pokarmowy 22,65 g, kwasy tłuszczowe nasycone 29,37 g, sól 7,34 g, tłuszcz 53,18 g, węglowodany ogółem 300,54 g, węglowodany przyswajalne 138,65 g, cukry 34,67 g,

dieta łatwostrawna

Śniadanie

772 kcal
białko ogółem 24,2 g, błonnik pokarmowy 3,34 g,
kwasy tłuszczowe nasycone 12,94 g, sól 2,37
g, tłuszcz 24,54 g, węglowodany ogółem 115,97
g, węglowodany przyswajalne 90,31 g, cukry
29,87 g

zupa mleczna z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,7/

makaron 20 g, mleko1l.-karton 230 ml

chleb pszenny /Alergeny: 1/

chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

paprykarz drobiowy /Alergeny: 1,9/

paprykarz drobiowy 40,0004 g

miód porcyjny-20g

miód porcyjny-20g 20 g

pomidor

pomidor 60 g

roszponka

roszponka 20 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 2,00004 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

0 kcal
białko ogółem 0 g, cukry 0 g, tłuszcz 0 g,
węglowodany ogółem 0 g

grapefruit czerwony

grapefruit czerwony 0 g

Obiad

641 kcal
białko ogółem 36,92 g, błonnik pokarmowy 6,67
g, cukry 17,74 g, kwasy tłuszczowe nasycone
2,36 g, sól 3,01 g, tłuszcz 7,28 g, węglowodany
ogółem 113,22 g, węglowodany przyswajalne
83,6 g

zupa marchwianka 300 g gotowanie tradycyjne /Alergeny:

7,1,6,9,3,10,5,11,13/

marchew 80 g, skrzydełka 20 g, ziemniaki 50 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 20 g, śmietana 12% tł.
10 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, pieprz sztuki 1 g

Filet z miruny pieczony 120 g pieczenie /Alergeny: 4,1,6,9,10/

filet z miruny patag. 130 g, przyprawa do ryb 1 g, mąka pszenna 1 g, pieprz cytrynowy 1 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,1 g

**Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na
parze /Alergeny: 6,7/**

Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 1 g

kompot cytrynowy 250 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7/

cytryna 80 g, woda wodociągowa 300 ml, cukier 10 g

Kolacja

593 kcal
białko ogółem 17,89 g, błonnik pokarmowy 5,1 g,
cukry 4,61 g, kwasy tłuszczowe nasycone
10,92 g, sól 1,49 g, tłuszcz 18,01 g,
węglowodany ogółem 93,17 g, węglowodany
przyswajalne 82,68 g

chleb pszenny /Alergeny: 1/

chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

serek naturalny /Alergeny: 7/

serek naturalny 40,0005 g

**Salatka ryżowa z brokułem i marchewką 100 g gotowanie
tradycyjne /Alergeny: 1,7/**

ryż 25 g, Brokuł mrożony kg 40 g, Marchew mrożona 40 g, koper 1,9998 g, pietruszka nać 1,9998 g, Jogurt
naturalny 5,556 g

rukola sałata

rukola sałata 19,9995 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2006 kcal, białko ogółem 79,01 g, błonnik pokarmowy 15,11 g, kwasy tłuszczowe nasycone 26,22 g, sól 6,87 g, tłuszcz 49,83 g, węglowodany ogółem 322,36 g, węglowodany przyswajalne 256,59 g, cukry 52,22 g,

dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie

700 kcal
białko ogółem 25,7 g, błonnik pokarmowy 4,53 g,
kwasy tłuszczowe nasycone 8,35 g, sól 1,77 g,
tłuszcz 14,74 g, węglowodany ogółem 118,55 g,
węglowodany przyswajalne 96,45 g, cukry 30,42
g

zupa mleczna z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,7/

makaron 20 g, mleko1l.-karton 230 ml

chleb pszenny /Alergeny: 1/

chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 7 g

Jogurt naturalny /Alergeny: 7/

Jogurt naturalny 100 g

miód porcyjny-20g

miód porcyjny-20g 20 g

roszponka

roszponka 20 g

pomidor

pomidor 60 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 2,00004 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

40 kcal
białko ogółem 0,6 g, cukry 7,8 g, tłuszcz 0,2 g,
węglowodany ogółem 7,9 g

grapefruit czerwony

grapefruit czerwony 100 g

Obiad

589 kcal
białko ogółem 36,68 g, błonnik pokarmowy 6,07
g, cukry 7,67 g, kwasy tłuszczowe nasycone
2,35 g, sól 3,01 g, tłuszcz 7,19 g, węglowodany
ogółem 100,39 g, węglowodany przyswajalne
81,35 g

zupa marchwianka 300 g gotowanie tradycyjne /Alergeny:

7,1,6,9,3,10,5,11,13/

marchew 80 g, skrzydełka 20 g, ziemniaki 50 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 20 g, śmietana 12% tł.
10 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, pieprz sztuki 1 g

Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na
parze /Alergeny: 6,7/

Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 1 g

Kompot cytrynowy bez cukru 250 ml /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 300 ml, cytryna 50 g

Filet z miruny pieczony 120 g pieczenie /Alergeny: 4,1,6,9,10/

filet z miruny patag. 130 g, przyprawa do ryb 1 g, mąka pszenna 1 g, pieprz cytrynowy 1 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,1 g

Kolacja

464 kcal
białko ogółem 14,91 g, błonnik pokarmowy 3,4 g,
cukry 11,25 g, kwasy tłuszczowe nasycone
6,43 g, sól 1,4 g, tłuszcz 11,26 g, węglowodany
ogółem 76,64 g, węglowodany przyswajalne
61,97 g

chleb pszenny /Alergeny: 1/

chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 7 g

serek naturalny /Alergeny: 7/

serek naturalny 40,0005 g

mus warzywny

mus warzywny 100 g

rukola sałata

rukola sałata 19,9995 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 1793 kcal, białko ogółem 77,89 g, błonnik pokarmowy 14 g, kwasy tłuszczowe nasycone 17,13 g, sól 6,18 g, tłuszcz 33,39 g, węglowodany ogółem 303,48 g, węglowodany przyswajalne 239,77 g, cukry 57,14 g.

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

529 kcal
białko ogółem 21,07 g, błonnik pokarmowy 9,04
g, cukry 2,84 g, kwasy tłuszczowe nasycone
10,86 g, sól 2,63 g, tłuszcz 21,69 g,
węglowodany ogółem 65,41 g, węglowodany
przyswajalne 51,34 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

ser żółty /Alergeny: 7/

ser żółty 25 g

paprykarz drobiowy /Alergeny: 1,9/

paprykarz drobiowy 40,0004 g

roszponka

roszponka 20 g

Papryka czerwona kg

Papryka czerwona kg 45 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 2,00004 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

40 kcal
białko ogółem 0,6 g, cukry 7,8 g, tłuszcz 0,2 g,
węglowodany ogółem 7,9 g

Obiad

589 kcal
białko ogółem 36,68 g, błonnik pokarmowy 6,07 g,
cukry 7,67 g, kwasy tłuszczowe nasycone 2,35 g,
sól 3,01 g, tłuszcz 7,19 g, węglowodany ogółem 100,39 g,
węglowodany przyswajalne 81,35 g

grapefruit czerwony
grapefruit czerwony 100 g

zupa marchwianka 300 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,6,9,3,10,5,11,13/

marchew 80 g, skrzydełka 20 g, ziemniaki 50 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 20 g, śmietana 12% tł. 10 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, pieprz sztuki 1 g

Filet z miruny pieczony 120 g pieczenie /Alergeny: 4,1,6,9,10/

filet z miruny patag. 130 g, przyprawa do ryb 1 g, mąka pszenna 1 g, pieprz cytrynowy 1 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,1 g

Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 6,7/

Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 1 g

Kompot cytrynowy bez cukru 250 ml /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 300 ml, cytryna 50 g

Podwieczorek

229 kcal
białko ogółem 13,03 g, błonnik pokarmowy 3,08 g,
węglowodany ogółem 9,86 g, kwasy tłuszczowe nasycone 1,47 g,
sól 0,08 g, tłuszcz 16,34 g, węglowodany przyswajalne 1,42 g,
cukry 1,43 g

Muffinki szpinakowe 160 g pieczenie /Alergeny: 3,7,1,5,6,9,10,11,13/

szpinak świeży 100 g, jaja kurze 20 g, mleko1l.-karton 15 ml, pomidor 20 g, mozzarella 25,0005 g, czosnek świeży 10,0002 g, pieprz sztuki 1 g, olej rzepakowy 10 ml

Kolacja

522 kcal
białko ogółem 17,29 g, błonnik pokarmowy 11,28 g,
cukry 3,93 g, kwasy tłuszczowe nasycone 8,24 g,
sól 1,43 g, tłuszcz 14,28 g, węglowodany ogółem 84,86 g,
węglowodany przyswajalne 71,48 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

serek naturalny /Alergeny: 7/

serek naturalny 40,0005 g

Salatka ryżowa z brokułem i marchewką 100 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,7/

ryż 25 g, Brokuł mrożony kg 40 g, Marchew mrożona 40 g, koper 1,9998 g, pietruszka nać 1,9998 g, Jogurt naturalny 5,556 g

rzodkiewka

rzodkiewka 19,99965 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 1909 kcal, białko ogółem 88,67 g, błonnik pokarmowy 29,47 g, cukry 23,67 g, kwasy tłuszczowe nasycone 22,92 g, sól 7,15 g, tłuszcz 59,7 g, węglowodany ogółem 268,42 g, węglowodany przyswajalne 205,59 g.

dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji (mielona)

Śniadanie

772 kcal
białko ogółem 24,2 g, błonnik pokarmowy 3,34 g,
kwasy tłuszczowe nasycone 12,94 g, sól 2,37 g,
tłuszcz 24,54 g, węglowodany ogółem 115,97 g,
węglowodany przyswajalne 90,31 g, cukry 29,87 g

zupa mleczna z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,7/

makaron 20 g, mleko1l.-karton 230 ml

chleb pszenny /Alergeny: 1/

chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

paprykarz drobiowy /Alergeny: 1,9/

paprykarz drobiowy 40,0004 g

miód porcyjny-20g

miód porcyjny-20g 20 g

pomidor

pomidor 60 g

roszponka

roszponka 20 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/

kawa anatol 2,00004 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

40 kcal
białko ogółem 0,6 g, cukry 7,8 g, tłuszcz 0,2 g,
węglowodany ogółem 7,9 g

Obiad

grapefruit czerwony
grapefruit czerwony 100 g

589 kcal
białko ogółem 36,68 g, kwasy tłuszczowe nasycone 2,35 g, sól 3,01 g, tłuszcz 7,19 g, błonnik pokarmowy 6,07 g, cukry 7,67 g, węglowodany ogółem 100,39 g, węglowodany przyswajalne 81,35 g

Filet z miruny pieczony 120 g pieczenie /Alergeny: 4,1,6,9,10/
filet z miruny patag. 130 g, przyprawa do ryb 1 g, mąka pszenna 1 g, pieprz cytrynowy 1 g

Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 6,7/
Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 1 g

Kompot cytrynowy bez cukru 250 ml /Alergeny: 7/
woda wodociągowa 300 ml, cytryna 50 g

zupa marchwianka 300 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,6,9,3,10,5,11,13/
marchew 80 g, skrzydełka 20 g, ziemniaki 50 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 20 g, śmietana 12% tł. 10 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, pieprz sztuki 1 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne
koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,1 g

Kolacja

593 kcal
białko ogółem 17,89 g, błonnik pokarmowy 5,1 g, cukry 4,61 g, kwasy tłuszczowe nasycone 10,92 g, sól 1,49 g, tłuszcz 18,01 g, węglowodany ogółem 93,17 g, węglowodany przyswajalne 82,68 g

chleb pszenny /Alergeny: 1/
chleb pszenny 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 15 g

serek naturalny /Alergeny: 7/
serek naturalny 40,0005 g

Salatka ryżowa z brokułem i marchewką 100 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,7/
ryż 25 g, Brokuł mrożony kg 40 g, Marchew mrożona 40 g, koper 1,9998 g, pietruszka nać 1,9998 g, Jogurt naturalny 5,556 g

rukola sałata
rukola sałata 19,9995 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/
herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 1994 kcal, białko ogółem 79,37 g, błonnik pokarmowy 14,51 g, kwasy tłuszczowe nasycone 26,21 g, sól 6,87 g, tłuszcz 49,94 g, węglowodany ogółem 317,43 g, węglowodany przyswajalne 254,34 g, cukry 49,95 g,

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów + zmien. konsyst. (mielona)

Śniadanie

515 kcal
białko ogółem 20,48 g, błonnik pokarmowy 8,14 g, cukry 1,67 g, kwasy tłuszczowe nasycone 10,81 g, sól 2,63 g, tłuszcz 21,46 g, węglowodany ogółem 62,44 g, węglowodany przyswajalne 51,34 g

chleb graham /Alergeny: 1/
chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/
masło 200 g 10 g

ser żółty /Alergeny: 7/
ser żółty 25 g

paprykarz drobiowy /Alergeny: 1,9/
paprykarz drobiowy 40,0004 g

roszponka
roszponka 20 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/
kawa anatol 2,00004 g, mleko 1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

40 kcal
białko ogółem 0,6 g, cukry 7,8 g, tłuszcz 0,2 g, węglowodany ogółem 7,9 g

Obiad

589 kcal
białko ogółem 36,68 g, błonnik pokarmowy 6,07 g, cukry 7,67 g, kwasy tłuszczowe nasycone 2,35 g, sól 3,01 g, tłuszcz 7,19 g, węglowodany ogółem 100,39 g, węglowodany przyswajalne 81,35 g

zupa marchwianka 300 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7,1,6,9,3,10,5,11,13/
marchew 80 g, skrzydełka 20 g, ziemniaki 50 g, pietruszka korzeń kg 20 g, seler 20 g, śmietana 12% tł. 10 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, pieprz sztuki 1 g

Filet z miruny pieczony 120 g pieczenie /Alergeny: 4,1,6,9,10/
filet z miruny patag. 130 g, przyprawa do ryb 1 g, mąka pszenna 1 g, pieprz cytrynowy 1 g

Bukiet warzyw królewski gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 6,7/
Bukiet warzyw królewski 115 g, woda wodociągowa 100 ml, sól 1 g

Kompot cytrynowy bez cukru 250 ml /Alergeny: 7/
woda wodociągowa 300 ml, cytryna 50 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne
koper 1,9998 g, ziemniaki 320 g, sól 0,1 g

Podwieczorek

229 kcal
białko ogółem 13,03 g, błonnik pokarmowy 3,08 g, węglowodany ogółem 9,86 g, kwasy tłuszczowe nasycone 1,47 g, sól 0,08 g, tłuszcz 16,34 g, węglowodany przyswajalne 1,42 g, cukry 1,43 g

Kolacja

522 kcal
białko ogółem 17,29 g, błonnik pokarmowy 11,28 g, cukry 3,93 g, kwasy tłuszczowe nasycone 8,24 g, sól 1,43 g, tłuszcz 14,28 g, węglowodany ogółem 84,86 g, węglowodany przyswajalne 71,48 g

Muffinki szpinakowe 160 g pieczenie /Alergeny: 3,7,1,5,6,9,10,11,13/

szpinak świeży 100 g, jaja kurze 20 g, mleko 1l.-karton 15 ml, pomidor 20 g, mozzarella 25,0005 g, czosnek świeży 10,0002 g, pieprz sztuki 1 g, olej rzepakowy 10 ml

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

serek naturalny /Alergeny: 7/

serek naturalny 40,0005 g

Salatka ryżowa z brokułem i marchewką 100 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,7/

ryż 25 g, Brokuł mrożony kg 40 g, Marchew mrożona 40 g, koper 1,9998 g, pietruszka nać 1,9998 g, Jogurt naturalny 5,556 g

rzodkiewka

rzodkiewka 19,99965 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 1895 kcal, białko ogółem 88,08 g, błonnik pokarmowy 28,57 g, cukry 22,5 g, kwasy tłuszczowe nasycone 22,87 g, sól 7,15 g, tłuszcz 59,47 g, węglowodany ogółem 265,45 g, węglowodany przyswajalne 205,59 g.