

JADŁOSPIS NA 2025-06-18 (środa)

dieta podstawowa

Śniadanie

821 kcal
białko ogółem 31 g, kwasy tłuszczowe nasycone 12,66 g, sól 3 g, tłuszcz 24,16 g, węglowodany ogółem 120,99 g, węglowodany przyswajalne 71,09 g, cukry 30,18 g, błonnik pokarmowy 1,74 g

Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/
1,3,6,7,9,10/

płatki ryżowe kg 0,02 kg, mleko1l.-karton 250 ml

chleb żytni jasny /Alergeny: 1/

chleb żytni jasny 108 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/

szynkowa 50 g

kurczak w galarecie /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

kurczak w galarecie 50 g

Papryka czerwona kg

Papryka czerwona kg 60 g

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

kawa anatol 100,00032 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

62 kcal
białko ogółem 0,36 g, błonnik pokarmowy 2,88 g, cukry 12 g, sól 0,01 g, tłuszcz 0,24 g, węglowodany ogółem 16,8 g

jabłka

jabłka 120 g

Obiad

1012 kcal
białko ogółem 41,77 g, kwasy tłuszczowe nasycone 8,96 g, tłuszcz 36,92 g, węglowodany przyswajalne 94,07 g, błonnik pokarmowy 11,65 g, cukry 30,21 g, sól 3,85 g, węglowodany ogółem 131,09 g

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

skrzydełka 20 g, marchew 10 g, seler 10 g, pietruszka korzeń kg 10 g, bulion kostka 3 g, jarzynka 200g 3 g, pietruszka nać 3 g, makaron 25 g

Pieczone roladki z karkówki z warzywami 185 g pieczenie /Alergeny:

1,3,5,6,8,9,10,11,7/

karkówka 100 g, marchew 10 g, cukinia 15 g, pietruszka korzeń kg 15 g, olej rzepakowy 2 ml, mąka pszenna 10 g, papryka mielona sztuki 1 g, jarzynka 200g 1 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

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

Surówka z kapusty czerwonej 130 g /Alergeny: 3,10/

kapusta czerwona 100 g, jabłka 50 g, Por kg 5 g, marchew 10 g, majonez 620g 15 g, sól 1 g, cukier 5 g

Kompot z mrożonych owoców leśnych 250 ml /Alergeny: 7/

cukier 5 g, kompot mrożony 80 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja

523 kcal
białko ogółem 16,5 g, błonnik pokarmowy 1,26 g, cukry 4,09 g, kwasy tłuszczowe nasycone 14,28 g, sól 4,14 g, tłuszcz 23,94 g, węglowodany ogółem 60,51 g, węglowodany przyswajalne 58,95 g

chleb żytni jasny /Alergeny: 1/

chleb żytni jasny 108 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

szynka w siatce /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

szynka w siatce 50 g

Serek topiony 100g/ szt. /Alergeny: 7/

Serek topiony 100g/ szt. 33 g

pomidor

pomidor 60 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2418 kcal, białko ogółem 89,63 g, kwasy tłuszczowe nasycone 35,9 g, sól 11 g, tłuszcz 85,26 g, węglowodany ogółem 329,39 g, węglowodany przyswajalne 224,11 g, cukry 76,48 g, błonnik pokarmowy 17,53 g,

dieta łatwostrawna

Śniadanie

863 kcal
białko ogółem 36,82 g, kwasy tłuszczowe nasycone 12,74 g, sól 2,96 g, tłuszcz 24,58 g, węglowodany ogółem 124,3 g, węglowodany przyswajalne 74,15 g, cukry 27,68 g, błonnik pokarmowy 4,24 g

Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

płatki ryżowe kg 0,02 kg, mleko1l.-karton 250 ml

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/

szynkowa 50 g

kurczak w galarecie /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

kurczak w galarecie 50 g

rukola sałata

rukola sałata 25,0005 g

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

kawa anatol 100,00032 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

62 kcal
białko ogółem 0,36 g, błonnik pokarmowy 2,88 g, cukry 12 g, sól 0,01 g, tłuszcz 0,24 g, węglowodany ogółem 16,8 g

jabłka

jabłka 120 g

Obiad

868 kcal
białko ogółem 41,83 g, kwasy tłuszczowe nasycone 9,24 g, tłuszcz 27,02 g, węglowodany przyswajalne 91,86 g, błonnik pokarmowy 9,98 g, cukry 17,77 g, sól 2,79 g, węglowodany ogółem 115,99 g

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

skrzydełka 20 g, marchew 10 g, seler 10 g, pietruszka korzeń kg 10 g, bulion kostka 3 g, jarzynka 200g 3 g, pietruszka nać 3 g, makaron 25 g

Pieczone roladki z karkówki z warzywami 185 g pieczenie /Alergeny: 1,3,5,6,8,9,10,11,7/

karkówka 100 g, marchew 10 g, cukinia 15 g, pietruszka korzeń kg 15 g, olej rzepakowy 2 ml, mąka pszenna 10 g, papryka mielona sztuki 1 g, jarzynka 200g 1 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

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

Kwiat kalafioru gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 7/

kalafior mrożony kg 115 g, masło 200 g 2 g

Kompot z mrożonych owoców leśnych 250 ml /Alergeny: 7/

cukier 5 g, kompot mrożony 80 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja

578 kcal
białko ogółem 22,45 g, błonnik pokarmowy 4,56 g, cukry 2,64 g, kwasy tłuszczowe nasycone 14,42 g, sól 4,1 g, tłuszcz 24,66 g, węglowodany ogółem 66,87 g, węglowodany przyswajalne 62,01 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

szynka w siatce /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

szynka w siatce 50 g

Serek topiony 100g/ szt. /Alergeny: 7/

Serek topiony 100g/ szt. 33 g

pomidor

pomidor 60 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2371 kcal, białko ogółem 101,46 g, kwasy tłuszczowe nasycone 36,4 g, sól 9,86 g, tłuszcz 76,5 g, węglowodany ogółem 323,96 g, węglowodany przyswajalne 228,02 g, cukry 60,09 g, błonnik pokarmowy 21,66 g.

dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie

803 kcal
białko ogółem 36,76 g, kwasy tłuszczowe nasycone 8,36 g, sól 2,96 g, tłuszcz 17,98 g, węglowodany ogółem 124,24 g, węglowodany przyswajalne 74,09 g, cukry 27,63 g, błonnik pokarmowy 4,24 g

Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

płatki ryżowe kg 0,02 kg, mleko1l.-karton 250 ml

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 7 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/

szynkowa 50 g

kurczak w galarecie /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

kurczak w galarecie 50 g

rukola sałata

rukola sałata 25,0005 g

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

kawa anatol 100,00032 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

83 kcal
białko ogółem 0,48 g, błonnik pokarmowy 3,84 g, cukry 16 g, sól 0,02 g, tłuszcz 0,32 g, węglowodany ogółem 22,4 g

Jabłko pieczone 160 g pieczenie

jabłka 160 g

Obiad

722 kcal
białko ogółem 46,8 g, kwasy tłuszczowe nasycone 3,28 g, tłuszcz 9,71 g, węglowodany przyswajalne 84,3 g, błonnik pokarmowy 10,08 g, cukry 19,61 g, sól 3,84 g, węglowodany ogółem 115,25 g

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

skrzydełka 20 g, marchew 10 g, seler 10 g, pietruszka korzeń kg 10 g, bulion kostka 3 g, jarzynka 200g 3 g, pietruszka nać 3 g, makaron 25 g

Gotowana roladka schabowa z marchewką 150 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,5,6,9,10,11,13,7/

schab b/k 130 g, pieprz sztuki 1 g, jarzynka 200g 1 g, marchew mini 15 g, mąka pszenna 5 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

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

Puree z gotowanej dyni 125 g gotowanie tradycyjne

Dynia mrożona 125 g, sól 1 g

Kompot z mrożonych owoców leśnych 250 ml /Alergeny: 7/

cukier 5 g, kompot mrożony 80 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja

464 kcal
białko ogółem 18,63 g, błonnik pokarmowy 5,96 g, cukry 10,86 g, kwasy tłuszczowe nasycone 4,76 g, sól 3,41 g, tłuszcz 9,55 g, węglowodany ogółem 75,51 g, węglowodany przyswajalne 61,55 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 7 g

szynka w siatce /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

szynka w siatce 50 g

mus warzywny

mus warzywny 100 g

pomidor

pomidor 60 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2072 kcal, białko ogółem 102,67 g, kwasy tłuszczowe nasycone 16,4 g, sól 10,23 g, tłuszcz 37,56 g, węglowodany ogółem 337,4 g, węglowodany przyswajalne 219,94 g, cukry 74,1 g, błonnik pokarmowy 24,12 g,

dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Śniadanie

681 kcal
białko ogółem 29,03 g, błonnik pokarmowy 8,88 g, cukry 16,46 g, kwasy tłuszczowe nasycone 7,1 g, sól 2,21 g, tłuszcz 15,99 g, węglowodany ogółem 108,95 g, węglowodany przyswajalne 53,11 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/

szynkowa 50 g

kurczak w galarecie /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

kurczak w galarecie 50 g

Papryka czerwona kg

Papryka czerwona kg 60 g

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

kawa anatol 100,00032 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

62 kcal
białko ogółem 0,36 g, białnik pokarmowy 2,88 g,
cukry 12 g, sól 0,01 g, tłuszcz 0,24 g,
węglowodany ogółem 16,8 g

jabłka
jabłka 120 g

Obiad

992 kcal
białko ogółem 41,77 g, kwasy tłuszczowe
nasycone 8,96 g, tłuszcz 36,92 g,
węglowodany przyswajalne 94,07 g, białnik
pokarmowy 11,65 g, cukry 25,22 g, sól 3,85 g,
węglowodany ogółem 126,1 g

Rosół z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,6,9,3,7,10/
skrzydełka 20 g, marchew 10 g, seler 10 g, pietruszka korzeń kg 10 g, bulion kostka 3 g, jarzynka 200g 3 g, pietruszka nać 3 g, makaron 25 g

Pieczone roladki z karkówki z warzywami 185 g pieczenie /Alergeny: 1,3,5,6,8,9,10,11,7/

karkówka 100 g, marchew 10 g, cukinia 15 g, pietruszka korzeń kg 15 g, olej rzepakowy 2 ml, mąka pszena 10 g, papryka mielona sztuki 1 g, jarzynka 200g 1 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

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

Surówka z kapusty czerwonej 130 g /Alergeny: 3,10/

kapusta czerwona 100 g, jabłka 50 g, Por kg 5 g, marchew 10 g, majonez 620g 15 g, sól 1 g, cukier 5 g

Kompot z mrożonych owoców bez cukru 250 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 300 ml, kompot mrożony 80 g

Podwieczorek

119 kcal
białko ogółem 5,55 g, białnik pokarmowy 4,42 g,
węglowodany ogółem 15,66 g, cukry 7,87 g, sól 0 g, tłuszcz 5,99 g, kwasy tłuszczowe nasycone 0,51 g

sałatka ze szpinaku, jabłka i słonecznika 120 g /Alergeny: 1,6,9,3,7,10/

szpinak świeży 80 g, jabłka 40 g, słonecznik łuskany 6 g, pomidory suszone 10 g, bazylija 1 g, olej rzepakowy 3 ml

Kolacja

508 kcal
białko ogółem 22,53 g, białnik pokarmowy 8,4 g,
cukry 2,37 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,72 g, sól 3,6 g, tłuszcz 20,77 g, węglowodany ogółem 60,47 g, węglowodany przyswajalne 52,97 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

szynka w siatce /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

szynka w siatce 50 g

Serek topiony 100g/ szt. /Alergeny: 7/

Serek topiony 100g/ szt. 33 g

pomidor

pomidor 60 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja II

122 kcal
białko ogółem 16,5 g, cukry 3 g, kwasy
tłuszczowe nasycone 3 g, sól 1,05 g, tłuszcz 4,5 g, węglowodany ogółem 3,6 g

serek wiejski /Alergeny: 7/

serek wiejski 150 g

Suma posiłków: 2484 kcal, białko ogółem 115,74 g, białnik pokarmowy 36,23 g, cukry 66,92 g, kwasy tłuszczowe nasycone 31,29 g, sól 10,72 g, tłuszcz 84,41 g, węglowodany ogółem 331,58 g, węglowodany przyswajalne 200,15 g.

dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji (mielona)

Śniadanie

863 kcal
białko ogółem 36,82 g, kwasy tłuszczowe
nasycone 12,74 g, sól 2,96 g, tłuszcz 24,58 g,
węglowodany ogółem 124,3 g, węglowodany
przyswajalne 74,15 g, cukry 27,68 g, białnik
pokarmowy 4,24 g

Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

płatki ryżowe kg 0,02 kg, mleko1l.-karton 250 ml

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/

szynkowa 50 g

kurczak w galarecie /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

kurczak w galarecie 50 g

rukola sałata

rukola sałata 25,0005 g

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

kawa anatol 100,00032 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

62 kcal
białko ogółem 0,36 g, białnik pokarmowy 2,88 g,
cukry 12 g, sól 0,01 g, tłuszcz 0,24 g,
węglowodany ogółem 16,8 g

jabłka
jabłka 120 g

Obiad

868 kcal
białko ogółem 41,83 g, kwasy tłuszczowe nasycone 9,24 g, tłuszcz 27,02 g, węglowodany przyswajalne 91,86 g, błonnik pokarmowy 9,98 g, cukry 17,77 g, sól 2,79 g, węglowodany ogółem 115,99 g

Rosół z makaronem 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,6,9,3,7,10/
skrzydełka 20 g, marchew 10 g, seler 10 g, pietruszka korzeń kg 10 g, bulion kostka 3 g, jarzynka 200g 3 g, pietruszka nać 3 g, makaron 25 g

Pieczone roladki z karkówki z warzywami 185 g pieczenie /Alergeny: 1,3,5,6,8,9,10,11,7/

karkówka 100 g, marchew 10 g, cukinia 15 g, pietruszka korzeń kg 15 g, olej rzepakowy 2 ml, mąka pszenna 10 g, papryka mielona sztuki 1 g, jarzynka 200g 1 g

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

Kwiat kalafioru gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 7/
kalafior mrożony kg 115 g, masło 200 g 2 g

Kompot z mrożonych owoców leśnych 250 ml /Alergeny: 7/
cukier 5 g, kompot mrożony 80 g, woda wodociągowa 250 ml

Kolacja

578 kcal
białko ogółem 22,45 g, błonnik pokarmowy 4,56 g, cukry 2,64 g, kwasy tłuszczowe nasycone 14,42 g, sól 4,1 g, tłuszcz 24,66 g, węglowodany ogółem 66,87 g, węglowodany przyswajalne 62,01 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

szynka w siatce /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

szynka w siatce 50 g

Serek topiony 100g/ szt. /Alergeny: 7/

Serek topiony 100g/ szt. 33 g

pomidor

pomidor 60 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2371 kcal, białko ogółem 101,46 g, kwasy tłuszczowe nasycone 36,4 g, sól 9,86 g, tłuszcz 76,5 g, węglowodany ogółem 323,96 g, węglowodany przyswajalne 228,02 g, cukry 60,09 g, błonnik pokarmowy 21,66 g.

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

Śniadanie

681 kcal
białko ogółem 29,03 g, błonnik pokarmowy 8,88 g, cukry 16,46 g, kwasy tłuszczowe nasycone 7,1 g, sól 2,21 g, tłuszcz 15,99 g, węglowodany ogółem 108,95 g, węglowodany przyswajalne 53,11 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

szynkowa /Alergeny: 1,3,6,7,10/

szynkowa 50 g

kurczak w galarecie /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

kurczak w galarecie 50 g

Papryka czerwona kg

Papryka czerwona kg 60 g

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

kawa anatol 100,00032 g, mleko 1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

Drugie śniadanie

62 kcal
białko ogółem 0,36 g, błonnik pokarmowy 2,88 g, cukry 12 g, sól 0,01 g, tłuszcz 0,24 g, węglowodany ogółem 16,8 g

jabłka

jabłka 120 g

Obiad

848 kcal
białko ogółem 41,83 g, kwasy tłuszczowe nasycone 9,24 g, tłuszcz 27,02 g, węglowodany przyswajalne 91,86 g, błonnik pokarmowy 9,98 g, cukry 12,78 g, sól 2,79 g, węglowodany ogółem 111 g

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

skrzydełka 20 g, marchew 10 g, seler 10 g, pietruszka korzeń kg 10 g, bulion kostka 3 g, jarzynka 200g 3 g, pietruszka nać 3 g, makaron 25 g

Pieczone roladki z karkówki z warzywami 185 g pieczenie /Alergeny: 1,3,5,6,8,9,10,11,7/

karkówka 100 g, marchew 10 g, cukinia 15 g, pietruszka korzeń kg 15 g, olej rzepakowy 2 ml, mąka pszenna 10 g, papryka mielona sztuki 1 g, jarzynka 200g 1 g

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

Kwiat kalafioru gotowany na parze 115 g gotowanie na parze /Alergeny: 7/
kalafior mrożony kg 115 g, masło 200 g 2 g

Kompot z mrożonych owoców bez cukru 250 ml gotowanie tradycyjne /Alergeny: 7/

woda wodociągowa 300 ml, kompot mrożony 80 g

Podwieczorek

86 kcal
białko ogółem 2,31 g, błonnik pokarmowy 2,97 g, cukry 16,5 g, sól 0,17 g, węglowodany ogółem 17,49 g

sok warzywny /Alergeny: 6,10/

sok warzywny 330 ml

Kolacja

508 kcal

białko ogółem 22,53 g, błonnik pokarmowy 8,4 g,
cukry 2,37 g, kwasy tłuszczowe nasycone
11,72 g, sól 3,6 g, tłuszcz 20,77 g, węglowodany
ogółem 60,47 g, węglowodany przyswajalne
52,97 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

szynka w siatce /Alergeny: 1,3,6,7,9,10/

szynka w siatce 50 g

Serek topiony 100g/ szt. /Alergeny: 7/

Serek topiony 100g/ szt. 33 g

pomidor

pomidor 60 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2185 kcal, białko ogółem 96,06 g, błonnik pokarmowy 33,11 g, cukry 60,11 g, kwasy tłuszczowe nasycone 28,06 g, sól 8,78 g, tłuszcz 64,02 g, węglowodany ogółem 314,71 g, węglowodany przyswajalne 197,94 g.