

# JADŁOSPIS NA 2025-10-25 (sobota)

## dieta podstawowa

### Śniadanie

545 kcal  
białko ogółem 17,91 g, błonnik pokarmowy 3,07 g, cukry 8,76 g, kwasy tłuszczowe nasycone 10,29 g, sól 3,02 g, tłuszcz 17,83 g, węglowodany ogółem 78,04 g, węglowodany przyswajalne 65,23 g

chleb żytni jasny /Alergeny: 1/  
chleb żytni jasny 108 g

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

szynka gotowana /Alergeny: 1,6,7,9,10/  
szynka gotowana 50 g

Jogurt naturalny /Alergeny: 7/  
Jogurt naturalny 100 g

pomidor  
pomidor 60 g

rzodkiewka  
rzodkiewka 24,99985 g

kawa zbożowa z mlekiem 250 ml /Alergeny: 1,7/  
kawa anatol 25,00008 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

### Drugie śniadanie

60 kcal  
białko ogółem 1,1 g, błonnik pokarmowy 3 g, cukry 9 g, tłuszcz 0,5 g, węglowodany ogółem 15 g

kiwi kg  
kiwi kg 100 g

### Obiad

797 kcal  
białko ogółem 45,64 g, błonnik pokarmowy 12,49 g, cukry 17,01 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,29 g, sól 2,14 g, węglowodany ogółem 126,27 g, węglowodany przyswajalne 98,61 g, tłuszcz 15,9 g

Zupa pomidorowa z makaronem, zabilana 250 g gotowanie tradycyjne /Alergeny: 1,6,9,7,3,10/  
koncentrat pomidorowy szt 15 g, marchew 30 g, biodrówka 20 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, makaron 20 g, mąka pszenna 5 g, śmietana 12% tł. 10 g, pietruszka nać 3 g

Pieczeń rzymska z sosem śmietanowym 125 g pieczenie /Alergeny: 3,1,6,10,11,5,8,9,13,7/  
łopatka mielona 120 g, jaja kurze 10 g, Bułka tarta 500 g 5 g, majeranek 10 g, papryka mielona sztuki 1 g, pieprz sztuki 1 g, jarzynka 200g 0,01 g, pietruszka nać 3 g

Buraczki gotowane 120 g gotowanie tradycyjne  
buraki 100 g, sól 1 g, cukier 5 g, ocet 30 ml

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

kompot pomarańczowy bez dodatku cukru 250 ml /Alergeny: 7/  
pomarańcze 50 g, woda wodociągowa 300 ml

### Kolacja

530 kcal  
białko ogółem 27,03 g, błonnik pokarmowy 0,82 g, cukry 5,14 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,44 g, sól 2,89 g, tłuszcz 18,85 g, węglowodany ogółem 62,75 g, węglowodany przyswajalne 56,81 g

chleb żytni jasny /Alergeny: 1/  
chleb żytni jasny 108 g

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

połędwica miodowa /Alergeny: 1,3,6,7,9/  
połędwica miodowa 50 g

serek wiejski /Alergeny: 7/  
serek wiejski 150 g

sałata  
sałata 20,0004 g

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

Suma posiłków: 1932 kcal, białko ogółem 91,68 g, błonnik pokarmowy 19,38 g, cukry 39,91 g, kwasy tłuszczowe nasycone 27,02 g, sól 8,05 g, tłuszcz 53,08 g, węglowodany ogółem 282,06 g, węglowodany przyswajalne 220,65 g.

## dieta łatwostrawna

### Śniadanie

596 kcal  
białko ogółem 23,61 g, błonnik pokarmowy 5,75 g, cukry 7,31 g, kwasy tłuszczowe nasycone 10,41 g, sól 2,98 g, tłuszcz 18,5 g, węglowodany ogółem 83,93 g, węglowodany przyswajalne 68,29 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

szynka gotowana /Alergeny: 1,6,7,9,10/

szynka gotowana 50 g

Jogurt naturalny /Alergeny: 7/

Jogurt naturalny 100 g

pomidor

pomidor 60 g

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

kawa anatol 25,00008 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

## Drugie śniadanie

60 kcal  
białko ogółem 1,1 g, błonnik pokarmowy 3 g, cukry 9 g, tłuszcz 0,5 g, węglowodany ogółem 15 g

kiwi kg

kiwi kg 100 g

## Obiad

797 kcal  
białko ogółem 45,64 g, błonnik pokarmowy 12,49 g, cukry 17,01 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,29 g, sól 2,14 g, węglowodany ogółem 126,27 g, węglowodany przyswajalne 98,61 g, tłuszcz 15,9 g

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

koncentrat pomidorowy szt 15 g, marchew 30 g, biodrówka 20 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, makaron 20 g, mąka pszenna 5 g, śmietana 12% tł. 10 g, pietruszka nać 3 g

Pieczeń rzymska z sosem śmietanowym 125 g pieczenie /Alergeny: 3,1,6,10,11,5,8,9,13,7/

łopatka mielona 120 g, jaja kurze 10 g, Bułka tarta 500 g 5 g, majeranek 10 g, papryka mielona sztuki 1 g, pieprz sztuki 1 g, jarzynka 200g 0,01 g, pietruszka nać 3 g

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

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

Buraczki gotowane 120 g gotowanie tradycyjne

buraki 100 g, sól 1 g, cukier 5 g, ocet 30 ml

kompot pomarańczowy bez dodatku cukru 250 ml /Alergeny: 7/

pomarańcze 50 g, woda wodociągowa 300 ml

## Kolacja

585 kcal  
białko ogółem 32,98 g, błonnik pokarmowy 4,12 g, cukry 3,69 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,58 g, sól 2,85 g, tłuszcz 19,57 g, węglowodany ogółem 69,11 g, węglowodany przyswajalne 59,87 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

połudwica miodowa /Alergeny: 1,3,6,7,9/

połudwica miodowa 50 g

serek wiejski /Alergeny: 7/

serek wiejski 150 g

sałata

sałata 20,0004 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2038 kcal, białko ogółem 103,33 g, błonnik pokarmowy 25,36 g, cukry 37,01 g, kwasy tłuszczowe nasycone 27,28 g, sól 7,97 g, tłuszcz 54,47 g, węglowodany ogółem 294,31 g, węglowodany przyswajalne 226,77 g.

## dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

### Śniadanie

536 kcal  
białko ogółem 23,55 g, błonnik pokarmowy 5,75 g, cukry 7,26 g, kwasy tłuszczowe nasycone 6,03 g, sól 2,98 g, tłuszcz 11,9 g, węglowodany ogółem 83,87 g, węglowodany przyswajalne 68,23 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 7 g

szynka gotowana /Alergeny: 1,6,7,9,10/

szynka gotowana 50 g

Jogurt naturalny /Alergeny: 7/

Jogurt naturalny 100 g

pomidor

pomidor 60 g

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

kawa anatol 25,00008 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

### Drugie śniadanie

60 kcal  
białko ogółem 1,1 g, błonnik pokarmowy 3 g,  
cukry 9 g, tłuszcz 0,5 g, węglowodany ogółem  
15 g

## Obiad

797 kcal  
białko ogółem 45,64 g, błonnik pokarmowy 12,49  
g, cukry 17,01 g, kwasy tłuszczowe nasycone  
5,29 g, sól 2,14 g, węglowodany ogółem 126,27  
g, węglowodany przyswajalne 98,61 g, tłuszcz  
15,9 g

kiwi kg  
kiwi kg 100 g

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

koncentrat pomidorowy szt 15 g, marchew 30 g, biodrówka 20 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g,  
bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, makaron 20 g, mąka pszenna 5 g, śmietana 12% tł. 10 g, pietruszka  
nać 3 g

Pieczeń ryńska z sosem śmietanowym 125 g pieczenie /Alergeny:  
3,1,6,10,11,5,8,9,13,7/

łopatka mielona 120 g, jaja kurze 10 g, Bułka tarta 500 g 5 g, majeranek 10 g, papryka mielona sztuki 1 g,  
pieprz sztuki 1 g, jarzynka 200g 0,01 g, pietruszka nać 3 g

Buraczki gotowane 120 g gotowanie tradycyjne

buraki 100 g, sól 1 g, cukier 5 g, ocet 30 ml

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

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

kompot pomarańczowy bez dodatku cukru 250 ml /Alergeny: 7/

pomarańcze 50 g, woda wodociągowa 300 ml

## Kolacja

525 kcal  
białko ogółem 32,92 g, błonnik pokarmowy 4,12  
g, cukry 3,64 g, kwasy tłuszczowe nasycone  
7,2 g, sól 2,85 g, tłuszcz 12,97 g, węglowodany  
ogółem 69,05 g, węglowodany przyswajalne  
59,81 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 7 g

połudwica miodowa /Alergeny: 1,3,6,7,9/

połudwica miodowa 50 g

serek wiejski /Alergeny: 7/

serek wiejski 150 g

sałata

sałata 20,0004 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 1918 kcal, białko ogółem 103,21 g, błonnik pokarmowy 25,36 g, cukry 36,91 g, kwasy tłuszczowe nasycone 18,52 g, sól 7,97 g, tłuszcz 41,27 g, węglowodany ogółem 294,19 g, węglowodany przyswajalne 226,65 g.

## dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

### Śniadanie

530 kcal  
białko ogółem 23,89 g, błonnik pokarmowy 10,09  
g, cukry 7,04 g, kwasy tłuszczowe nasycone  
7,73 g, sól 2,48 g, tłuszcz 14,65 g, węglowodany  
ogółem 77,91 g, węglowodany przyswajalne  
59,25 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

szynka gotowana /Alergeny: 1,6,7,9,10/

szynka gotowana 50 g

Jogurt naturalny /Alergeny: 7/

Jogurt naturalny 100 g

pomidor

pomidor 60 g

rzodkiewka

rzodkiewka 19,99965 g

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

kawa anatol 25,00008 g, mleko 1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

### Drugie śniadanie

60 kcal  
białko ogółem 1,1 g, błonnik pokarmowy 3 g,  
cukry 9 g, tłuszcz 0,5 g, węglowodany ogółem  
15 g

## Obiad

kiwi kg  
kiwi kg 100 g

797 kcal  
białko ogółem 45,64 g, błonnik pokarmowy 12,49 g, cukry 17,01 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,29 g, sól 2,14 g, węglowodany ogółem 126,27 g, węglowodany przyswajalne 98,61 g, tłuszcz 15,9 g

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

koncentrat pomidorowy szt 15 g, marchew 30 g, biodrówka 20 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, makaron 20 g, mąka pszenna 5 g, śmietana 12% tł. 10 g, pietruszka nać 3 g

Pieczeń rzymska z sosem śmietanowym 125 g pieczenie /Alergeny: 3,1,6,10,11,5,8,9,13,7/

lopątka mielona 120 g, jaja kurze 10 g, Bułka tarta 500 g 5 g, majeranek 10 g, papryka mielona sztuki 1 g, pieprz sztuki 1 g, jarzynka 200g 0,01 g, pietruszka nać 3 g

Buraczki gotowane 120 g gotowanie tradycyjne

buraki 100 g, sól 1 g, cukier 5 g, ocet 30 ml

Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne

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

kompot pomarańczowy bez dodatku cukru 250 ml /Alergeny: 7/

pomarańcze 50 g, woda wodociągowa 300 ml

## Podwieczorek

129 kcal  
białko ogółem 3,63 g, cukry 25,74 g, sól 1,91 g, tłuszcz 0,53 g, węglowodany ogółem 27,39 g

sok z buraka /Alergeny: 9/

sok z buraka 330 ml

## Kolacja

515 kcal  
białko ogółem 33,06 g, błonnik pokarmowy 7,96 g, cukry 3,42 g, kwasy tłuszczowe nasycone 8,88 g, sól 2,35 g, tłuszcz 15,68 g, węglowodany ogółem 62,71 g, węglowodany przyswajalne 50,83 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 10 g

połudwica miodowa /Alergeny: 1,3,6,7,9/

połudwica miodowa 50 g

serek wiejski /Alergeny: 7/

serek wiejski 150 g

sałata

sałata 20,0004 g

Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

## Kolacja II

129 kcal  
białko ogółem 4,02 g, błonnik pokarmowy 2,13 g, cukry 0,21 g, kwasy tłuszczowe nasycone 3,01 g, sól 0,33 g, tłuszcz 5,94 g, węglowodany ogółem 15,51 g, węglowodany przyswajalne 12,72 g

chleb graham /Alergeny: 1/

chleb graham 30 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 4 g

pasztet /Alergeny: 1,3,6,7/

pasztet 14,9995 g

sałata

sałata 15,0003 g

Suma posiłków: 2160 kcal, białko ogółem 111,34 g, błonnik pokarmowy 35,67 g, cukry 62,42 g, kwasy tłuszczowe nasycone 24,91 g, sól 9,21 g, tłuszcz 53,2 g, węglowodany ogółem 324,79 g, węglowodany przyswajalne 221,41 g,

## dieta łatwostrawna o zmienionej konsystencji (mielona)

### Śniadanie

581 kcal  
białko ogółem 21,06 g, błonnik pokarmowy 5,75 g, cukry 7,3 g, kwasy tłuszczowe nasycone 10,24 g, sól 2,64 g, tłuszcz 18,01 g, węglowodany ogółem 83,83 g, węglowodany przyswajalne 68,29 g

chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

masło 200 g /Alergeny: 7/

masło 200 g 15 g

szynka gotowana /Alergeny: 1,6,7,9,10/

szynka gotowana 33 g

Jogurt naturalny /Alergeny: 7/

Jogurt naturalny 100 g

pomidor

pomidor 60 g

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

kawa anatol 25,00008 g, mleko1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

### Drugie śniadanie

60 kcal  
białko ogółem 1,1 g, błonnik pokarmowy 3 g, cukry 9 g, tłuszcz 0,5 g, węglowodany ogółem 15 g

kiwi kg

kiwi kg 100 g

### Obiad

797 kcal  
białko ogółem 45,64 g, błonnik pokarmowy 12,49 g, cukry 17,01 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,29 g, sól 2,14 g, węglowodany ogółem 126,27 g, węglowodany przyswajalne 98,61 g, tłuszcz 15,9 g

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

koncentrat pomidorowy szt 15 g, marchew 30 g, biodrówka 20 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, makaron 20 g, mąka pszenna 5 g, śmietana 12% tł. 10 g, pietruszka nać 3 g

**Pieczeń rzymska z sosem śmietanowym 125 g pieczenie /Alergeny: 3,1,6,10,11,5,8,9,13,7/**

lopątka mielona 120 g, jaja kurze 10 g, Bułka tarta 500 g 5 g, majeranek 10 g, papryka mielona sztuki 1 g, pieprz sztuki 1 g, jarzynka 200g 0,01 g, pietruszka nać 3 g

**Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne**

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

**Buraczki gotowane 120 g gotowanie tradycyjne**

buraki 100 g, sól 1 g, cukier 5 g, ocet 30 ml

**kompot pomarańczowy bez dodatku cukru 250 ml /Alergeny: 7/**

pomarańcze 50 g, woda wodociągowa 300 ml

## Kolacja

585 kcal  
białko ogółem 32,98 g, błonnik pokarmowy 4,12 g, cukry 3,69 g, kwasy tłuszczowe nasycone 11,58 g, sól 2,85 g, tłuszcz 19,57 g, węglowodany ogółem 69,11 g, węglowodany przyswajalne 59,87 g

**chleb pszenno żytni Ciechociński /Alergeny: 1/**

chleb pszenno żytni Ciechociński 120 g

**masło 200 g /Alergeny: 7/**

masło 200 g 15 g

**połędwica miodowa /Alergeny: 1,3,6,7,9/**

połędwica miodowa 50 g

**serek wiejski /Alergeny: 7/**

serek wiejski 150 g

**sałata**

sałata 20,0004 g

**Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/**

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2023 kcal, białko ogółem 100,78 g, błonnik pokarmowy 25,36 g, cukry 37 g, kwasy tłuszczowe nasycone 27,11 g, sól 7,63 g, tłuszcz 53,98 g, węglowodany ogółem 294,21 g, węglowodany przyswajalne 226,77 g,

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

### Śniadanie

530 kcal  
białko ogółem 23,89 g, błonnik pokarmowy 10,09 g, cukry 7,04 g, kwasy tłuszczowe nasycone 7,73 g, sól 2,48 g, tłuszcz 14,65 g, węglowodany ogółem 77,91 g, węglowodany przyswajalne 59,25 g

**chleb graham /Alergeny: 1/**

chleb graham 120 g

**masło 200 g /Alergeny: 7/**

masło 200 g 10 g

**szynka gotowana /Alergeny: 1,6,7,9,10/**

szynka gotowana 50 g

**Jogurt naturalny /Alergeny: 7/**

Jogurt naturalny 100 g

**pomidor**

pomidor 60 g

**rzodkiewka**

rzodkiewka 19,99965 g

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

kawa anatol 25,00008 g, mleko 1l.-karton 10 ml, woda wodociągowa 200 ml

### Drugie śniadanie

60 kcal  
białko ogółem 1,1 g, błonnik pokarmowy 3 g, cukry 9 g, tłuszcz 0,5 g, węglowodany ogółem 15 g

**kiwi kg**

kiwi kg 100 g

### Obiad

797 kcal  
białko ogółem 45,64 g, błonnik pokarmowy 12,49 g, cukry 17,01 g, kwasy tłuszczowe nasycone 5,29 g, sól 2,14 g, węglowodany ogółem 126,27 g, węglowodany przyswajalne 98,61 g, tłuszcz 15,9 g

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

koncentrat pomidorowy szt 15 g, marchew 30 g, biodrówka 20 g, seler 20 g, pietruszka korzeń kg 20 g, bulion kostka 1 g, jarzynka 200g 1 g, makaron 20 g, mąka pszenna 5 g, śmietana 12% tł. 10 g, pietruszka nać 3 g

**Pieczeń rzymska z sosem śmietanowym 125 g pieczenie /Alergeny: 3,1,6,10,11,5,8,9,13,7/**

łopatka mielona 120 g, jaja kurze 10 g, Bułka tarta 500 g 5 g, majeranek 10 g, papryka mielona sztuki 1 g, pieprz sztuki 1 g, jarzynka 200g 0,01 g, pietruszka nać 3 g

**Ziemniaki gotowane z koperkiem 300 g gotowanie tradycyjne**

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

**Buraczki gotowane 120 g gotowanie tradycyjne**

buraki 100 g, sól 1 g, cukier 5 g, ocet 30 ml

**kompot pomarańczowy bez dodatku cukru 250 ml /Alergeny: 7/**

pomarańcze 50 g, woda wodociągowa 300 ml

## Podwieczorek

129 kcal  
białko ogółem 3,63 g, cukry 25,74 g, sól 1,91 g, tłuszcz 0,53 g, węglowodany ogółem 27,39 g

**sok z buraka /Alergeny: 9/**

sok z buraka 330 ml

## Kolacja

515 kcal  
białko ogółem 33,06 g, błonnik pokarmowy 7,96 g, cukry 3,42 g, kwasy tłuszczowe nasycone 8,88 g, sól 2,35 g, tłuszcz 15,68 g, węglowodany ogółem 62,71 g, węglowodany przyswajalne 50,83 g

**chleb graham /Alergeny: 1/**

chleb graham 120 g

**masło 200 g /Alergeny: 7/**

masło 200 g 10 g

**połędwica miodowa /Alergeny: 1,3,6,7,9/**

połędwica miodowa 50 g

**serek wiejski /Alergeny: 7/**

serek wiejski 150 g

**sałata**

sałata 20,0004 g

**Herbata czarna parzona 250 ml /Alergeny: 7/**

herbata 1 g, woda wodociągowa 250 ml

Suma posiłków: 2031 kcal, białko ogółem 107,32 g, błonnik pokarmowy 33,54 g, cukry 62,21 g, kwasy tłuszczowe nasycone 21,9 g, sól 8,88 g, tłuszcz 47,26 g, węglowodany ogółem 309,28 g, węglowodany przyswajalne 208,69 g.