

Jadłospisy w dniu 2024-01-23 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-23 wtorek	PODSTAWOWA	KASZA KUKURYDZIAN A NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY* 50 g BULKA PSZENNA KAJZERKA 1 szt MASŁO 82% 15 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60 g RZODKIEW BIAŁA 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250 ml		ZUPA KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAP Z ZIEMN* 400 ml ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150 g SZTUKA MIĘSA WP 80G W ŚOSIE CHRZANOWY M100G 200 g DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250 ml SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOG* 130 g		CHLEB PSZENNO-ŻYT NI* 60 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SAŁATA MASŁOWA 10 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml MANDARYNKA * 150 g RZODKIEWKA 20 g	KEFIR NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 442 Białko ogółem [g] 119,2 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 310,8 Witamina C [mg] 208,5 WW [Por] 31 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Sód [mg] 4 063,2 suma cukrów prostych [g] 56,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 39,9
	LĄTWOŚTRAWNA	KASZA KUKURYDZIAN A NA MLEKU* 350 ml CHLEB GRAHAM* 40 g BULKA PSZENNA KAJZERKA 1 szt MASŁO 82% 15 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250 ml POMIDOR 60 g PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g		ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400 ml KASZA JĘCZMIENNA NA SYPKO* 200 g BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80 g SOS Z NATKĄ PIETR* 100 ml DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250 ml SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,J ABL Z JOG* 130 g		BULKA PSZENNA KROJ* 80 g CHLEB GRAHAM* 40 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SAŁATA MASŁOWA 10 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml RZODKIEWKA 20 g	KEFIR NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 358,1 Białko ogółem [g] 121,9 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 310,3 Witamina C [mg] 97,7 WW [Por] 31,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sód [mg] 2 379,8 suma cukrów prostych [g] 45,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 37,1

DIETETYK

Fudeko S.A.

Jadłospisy w dniu 2024-01-23 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-23 wtorek	ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA	KASZA KUKURYDZIAN A NA MLEKU* 350 ml BULKA PSZENNA KAJZERKA 1 szt BULKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 20 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g JABŁKO PIECZONE* 150 g KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250 ml PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g	BUDYŃ B/C* 150 ml	ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400 ml KASZA JĘCZMIENNA NĄ SYPKO* 200 g BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80 g SOS Z NATKĄ PIETR* 100 ml DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250 ml		BULKA PSZENNA KROJ * 120 g MASŁO 82% 20 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml WARZYWA GOTOWANE * 80 g	KEFIR NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 727,4 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 366,5 Witamina C [mg] 93,3 WW [Por] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sód [mg] 2 902,5 suma cukrów prostych [g] 63,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 49,1
	Z ogr. łatw przysw. węgl.	KASZA KUKURYDZIAN A NA MLEKU* 350 ml BULKA GRAHAMKA* 1 szt CHLEB PSZENNO ŻYTNIA* 50 g MASŁO 82% 15 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60 g RZODKIEW BIAŁA 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g	MANDARYNKA * 150 g	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400 ml KASZA JĘCZMIENNA NĄ SYPKO* 200 g BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80 g SOS Z NATKĄ PIETR* 100 ml DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250 ml SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,J ABL Z JOG* 130 g	CHRUPKI KUKURYDZIAN E * 15 g	CHLEB PSZENNO-ŻYT NI* 60 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SAŁATA MASŁOWA 10 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g POMIDOR 80 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml RZODKIEWKA 20 g	KANAPKA Z CHLEBA RAZ ,M,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA* 1 Por	Energia [kcal] 2 531,4 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 369,3 Witamina C [mg] 190 WW [Por] 37 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sód [mg] 2 571,8 suma cukrów prostych [g] 32,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 35,9

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-23 wtorek	z ogr. łatw przysw. węgl. b/ml	KASZA KUKURYDZIANA NA WYWARZE JARZ* 350 ml BUŁKA GRAHAMKA* 1 szt CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 50 g MASŁO 82% 15 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g RZODKIEW BIAŁA 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml PASTA Z JAJKA I WĘDLINY* 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g	MANDARYNKI* 150 g	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 400 ml KASZA JĘCZMIENNA NA SYPKO* 200 g BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80 g SOS Z NATKĄ PIETR* 100 ml SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,J ABŁ Z OLEJEM*/ 130 g DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250 ml	CHRUPLKI KUKURYDZIANE* 15 g	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI* 60 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 70 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 80 g RZODKIEWKA 20 g	KANAPKA Z CHLEBA RAZ ,M,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA* 1 Por	Energia [kcal] 2 380,2 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 355,7 Witamina C [mg] 217 WW [Por] 35,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 Sód [mg] 2 714,6 suma cukrów prostych [g] 17,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,6
	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY* 50 g BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1 szt MASŁO 82% 15 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250 ml POWIDŁA JABŁKOWE* 60 g PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLINY* 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g		ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400 ml KASZA JĘCZMIENNA NA SYPKO* 200 g BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80 g SOS Z NATKĄ PIETR* 100 ml DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250 ml SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,J ABŁ Z JOG* 130 g		BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g CHLEB RAZOWY* 40 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 80 g	KANAPKA Z CHLEBA RAZ ,M,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA* 1 Por	Energia [kcal] 2 474,8 Białko ogółem [g] 121,2 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 356,6 Witamina C [mg] 109,2 WW [Por] 35,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Sód [mg] 2 584 suma cukrów prostych [g] 44,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,9

Jadłospisy w dniu 2024-01-23 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-01-23 wtorek	O KONT.ZAW.KW.TŁ.BIM	KASZA KUKURYDZIAN A NA WYWARZE JARZ* 350 ml CHLEB RAZOWY * 50 g BUŁKA PSZENNA KAJZERKA 1 szl MASŁO 82% 15 g PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLLINY* 60 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g POWIDŁA JABŁKOWE* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g HERBATA B/CUKRU* 250 ml		ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN B/ML 400 ml KASZA JĘCZMIENNA NA SYPKO* 200 g BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80 g SOS Z NATKĄ PIETR* 100 ml DYNIA DUSZONA* 150 g SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,J ABL Z OLEJEM*/ 130 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250 ml		CHLEB RAZOWY * 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKOWA WP. DĘBOWA* 70 g SAŁATA MASŁOWA 10 g POMIDOR 80 g HERBATA B/CUKRU* 250 ml	KANAPKA Z CHLEBA RAZ ,M,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA* 1 Por	Energia [kcal] 2 226,7 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 330,7 Witamina C [mg] 134,7 WW [Por] 33 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Sód [mg] 2 658,9 suma cukrów prostych [g] 17,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,9
	ŁATW.Z OGR.TŁ.	KASZA KUKURYDZIAN A NA MLEKU* 350 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 100 g MASŁO 82% 10 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g JABŁKO PIECZONE* 150 g KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250 ml PASTA Z BIAŁKA JAJKA I WĘDLLINY* 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g		ZUPA SELEROWA Z ZIEMNIAKAMI* 400 ml KASZA JĘCZMIENNA NA SYPKO* 200 g BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80 g SOS Z NATKĄ PIETR* 100 ml DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CUKRU* 250 ml		BUŁKA PSZENNA KROJ * 120 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g HERBATA B/CUKRU* 250 ml WARZYWA GOTOWANE * 80 g	KEFIR NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 428 Białko ogółem [g] 122 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 345,9 Witamina C [mg] 91,7 WW [Por] 34,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sód [mg] 2 799,4 suma cukrów prostych [g] 49,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 32,6

Jadłospisy w dniu 2024-01-23 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2024-01-23 wtorek	BOGATOBIAŁKOWA	KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY * 40 g BULKA PSZENNA KAJZERKA 1 szt MASŁO 82% 15 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250 ml RZODKIEW BIAŁA 60 g PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g	BUDYŃ* 150 ml	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400 ml KASZA JECZMIENNA NA SYPKO* 200 g BITKA WIEPRZOWA GOTOWANA* 80 g SOS Z NATKĄ PIETR* 100 ml DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250 ml SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,J ABŁ Z JOG* 130 g	KEFIR NATURALNY 150 ml	CHLEB PSZENNO-ŻYTNIE* 60 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 80 g	KANAPKA Z CHLEBA RAZOWEGO, SAŁADKIEM, SZYNKĄ Z INDYKĄ* 1 Por	Energia [kcal] 2 638 Białko ogółem [g] 130,7 Tłuszcz [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 366,8 Witamina C [mg] 113,4 WW [Por] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sód [mg] 2 696,8 suma cukrów prostych [g] 62,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,4
	DZIECIĘCA 1-3	KASZA KUKURYDZIANA NA MLEKU* 200 ml BULKA PSZENNA KAJZERKA 1 szt MASŁO 82% 15 g PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g POMIDOR 60 g KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250 ml POWIDŁA JABŁKOWE* 50 g	MANDARYNKA * 150 g	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150 g ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 110 g DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250 ml SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,J ABŁ Z JOG* 130 g	CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15 g	BULKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 15 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	KEFIR NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 1 908,7 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 232,5 Witamina C [mg] 162,7 WW [Por] 23,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Sód [mg] 1 524,3 suma cukrów prostych [g] 42,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,3

Jadłospisy w dniu 2024-01-23 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-23 wtorek	DZIECIĘCA 4-10	KASZA KUKURYDZIAN A NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY * 30 g BULKA PSZENNA KAJZERKA 1 szt MASŁO 82% 15 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g POMIDOR 60 g POWIDŁA JABŁKOWE* 60 g KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250 ml PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60 g	MANDARYNKA * 150 g	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400 ml KASZA JĘCZMIENNA NA SYPKO* 200 g ZRAŻ WP MIELONY GOTOWANY* 110 g DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250 ml SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,J ABL Z JOG* 130 g	CHRUPKI KUKURYDZIAN E * 15 g	BULKA PSZENNA KROJ* 50 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g CHLEB RAZOWY * 30 g MASŁO 82% 15 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CUKRU* 250 ml	KEFIR NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 375,1 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 81,8 Węglowodany ogółem [g] 332 Witamina C [mg] 164,7 WW [Por] 33,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sód [mg] 1 856,6 suma cukrów prostych [g] 55,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,4
	DZIECIĘCA 11-18	KASZA KUKURYDZIAN A NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY * 40 g BULKA PSZENNA KAJZERKA 1 szt MASŁO 82% 15 g SZYNKA LITEWSKA* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g POMIDOR 60 g PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60 g KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/C* 250 ml	MANDARYNKA * 150 g	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMN* 400 ml KASZA JĘCZMIENNA NA SYPKO* 200 g ZRAŻ WP MIELONY GOTOWANY* 110 g DYNIA DUSZONA* 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB Z CUK* 250 ml SURÓWKA Z KAP PEK,MARCH,J ABL Z JOG* 130 g	CHRUPKI KUKURYDZIAN E * 15 g	BULKA PSZENNA KROJ* 80 g CHLEB RAZOWY * 40 g MASŁO 82% 15 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CUKRU* 250 ml	KEFIR NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 468,5 Białko ogółem [g] 118,5 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 344,3 Witamina C [mg] 152,9 WW [Por] 34,5 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sód [mg] 2 061,4 suma cukrów prostych [g] 51,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,8

Jadłospisy w dniu 2024-01-23 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-23 wtorek	PAPKOWATA	KASZA KUKURYDZIAN A NA MLEKU MIX* 400 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 10 g SZYNKA LITEWSKA MIELONA* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml PASTA Z JAJKA I WĘDLINY * 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g	JABŁKO PIECZONE* 150 g	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI MIX* 400 ml ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150 g ZRAZ WP MIELONY GOTOWANY* 110 g DYNIA DUSZONA* 150 g SOS Z NATKĄ PIETR* 100 ml KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI I JAB B/CIUKRU* 250 ml	CHrupki KUKURYDZIAN E * 15 g	ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 10 g TWAROŻEK Z KOPERKIEM* 120 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml WARZYWA GOTOWANE * 80 g	KEFIR NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 210,7 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 281,5 Witamina C [mg] 101,9 WW [Por] 28,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sód [mg] 1 625,8 suma cukrów prostych [g] 45,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 38,4