

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczerek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-13 sobota	PODSTAWOWA	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY* 60 g CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g JAJKO KURZE GOTOWANE 1 szt		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 110 g SOS WŁASNY* 100 ml BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150 g KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130 g		CHLEB PSZENNO-ŻYTN I* 60 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250 ml MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g OGÓREK KISZONY* 70 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 439,3 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 338,5 Witamina C [mg] 150,1 WW [Por] 33,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Sód [mg] 2 728,5 suma cukrów prostych [g] 38,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 28,4
	LATWOSTRAWNA	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY* 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g JAJKO KURZE GOTOWANE 1 szt		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g SOS WŁASNY* 100 ml BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150 g KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130 g		BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g CHLEB RAZOWY* 40 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250 ml MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g JABŁKO 150 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 544 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 367,4 Witamina C [mg] 168 WW [Por] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 40 Sód [mg] 2 180,7 suma cukrów prostych [g] 46,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,4
	LATWOSTR. POŁOŻNICZA	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 100 g MASŁO 82% 20 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g JAJKO KURZE GOTOWANE 1 szt	JOGURT NATURALNY 150 ml	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g SOS WŁASNY* 100 ml BURACZKI OPRÓSZANE* 150 g KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml		JABŁKO PIECZONE* 150 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 120 g MASŁO 82% 20 g SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 60 g HERBATA Z/C* 250 ml MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 717,7 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 101,7 Węglowodany ogółem [g] 376,4 Witamina C [mg] 107,2 WW [Por] 37,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sód [mg] 2 190,9 suma cukrów prostych [g] 73,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 42,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-13 sobota	Z ogr. łatw przysw. wegl.	PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY* 60 g CHLEB PSZENNO ŻYTN I* 40 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g JAJKO KURZE GOTOWANE 1 szt	KISIEL B/C* 150 ml	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g SOS WŁASNY* 100 ml BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150 g KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130 g	KRAKERSY 15 g	CHLEB PSZENNO-ŻYTN I* 60 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA WP MICHĄLOWEJ* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250 ml MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g OGÓREK KISZONY* 70 g	CHLEB RAZOWY* 30 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10 g POLEDWICA SOPÓCKA 30 g SAŁATA MASŁOWA 15 g	Energia [kcal] 2 572,7 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 103,2 Węglowodany ogółem [g] 357,8 Witamina C [mg] 151,8 WW [Por] 35,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 Sód [mg] 2 750,5 suma cukrów prostych [g] 33,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30
	Z ogr. łatw przysw. wegl. 1500	PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 200 ml CHLEB RAZOWY* 30 g CHLEB PSZENNO-ŻYTN I* 30 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g JAJKO KURZE GOTOWANE 1 szt	KISIEL B/C* 150 ml	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 150 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150 g KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130 g	CHRUPKI KUKURYDZIANE* 15 g	CHLEB PSZENNO-ŻYTN I* 30 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10 g SZYNKA WP MICHĄLOWEJ* 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml SAŁATA MASŁOWA 10 g MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g OGÓREK KISZONY* 70 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 1 916,9 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 255 Witamina C [mg] 129,1 WW [Por] 25,6 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sód [mg] 2 297,4 suma cukrów prostych [g] 31 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,5
	Z ogr. łatw przysw wegl. b/ml	PLĄTKI OWSIANE NA WYWARZE* 350 ml CHLEB RAZOWY* 60 g CHLEB PSZENNO ŻYTN I* 40 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml SAŁATA MASŁOWA 10 g POMIDOR 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g JAJKO KURZE GOTOWANE 1 szt	KISIEL B/C* 150 ml	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN B/ MLEKA* 400 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150 g KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml SOS WŁASNY* 100 ml SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130 g	KRAKERSY 15 g	CHLEB PSZENNO-ŻYTN I* 60 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA WP MICHĄLOWEJ* 60 g HERBATA GRAN Z CYTRYNĄ B/CIUKRU* 250 ml SAŁATA MASŁOWA 10 g MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g OGÓREK KISZONY* 70 g	SOK POMIDOROWY* 1 szt	Energia [kcal] 2 398,1 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 343,8 Witamina C [mg] 171,6 WW [Por] 34,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,3 Sód [mg] 2 517,2 suma cukrów prostych [g] 31,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,3

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-13 sobota	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY * 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g JABŁKO PRAŻONE* 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400 ml KASZA JECZM PERŁOWA NA SYPKO* 200 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150 g SOS WŁASNY* 100 ml KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130 g		BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g CHLEB RAZOWY * 40 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250 ml MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g JABŁKO 150 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 500,5 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 379 Witamina C [mg] 168 WW [Por] 38,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,7 Sód [mg] 2 089 suma cukrów prostych [g] 46,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,5
	O KONT.ZAW.KW.TŁ.BIM	PLATKI OWSIANE NA WYWARZE* 350 ml CHLEB RAZOWY * 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g JABŁKO PRAŻONE* 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN B/ MLEKA* 400 ml KASZA JECZM PERŁOWA NA SYPKO* 200 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g SOS WŁASNY* 100 ml BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150 g KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130 g		CHLEB RAZOWY * 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250 ml MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g JABŁKO 150 g	SOK POMIDOROWY* 1 szt	Energia [kcal] 2 401 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 372,8 Witamina C [mg] 188,3 WW [Por] 37,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,4 Sód [mg] 1 892,9 suma cukrów prostych [g] 36,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,8
	LATW.Z OGR.TŁ.	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 100 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml WARZYWA GOTOWANE* 60 g JABŁKO PRAŻONE* 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g		ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400 ml KASZA JECZM PERŁOWA NA SYPKO* 200 g SOS WŁASNY* 100 ml FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g BURACZKI OPRÓSZANE* 150 g KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml JABŁKO PIECZONE* 150 g		BUŁKA PSZENNA KROJ * 120 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10 g SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 60 g MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g HERBATA Z/C* 250 ml	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 427,9 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 378,8 Witamina C [mg] 105,7 WW [Por] 38 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sód [mg] 2 006,5 suma cukrów prostych [g] 64,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-13 sobota	DZIECIĘCA 1-3	PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 200 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 15 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml SAŁATA MASŁOWA 10 g POMIDOR 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g JAJKO KURZE GOTOWANE 1 szt	BUDYŃ B/C* 150 ml	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 200 ml ZIEMNIAKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g KOPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml BURACZKI OPRÓSZANE* 150 g SOS WŁASNY* 100 ml	BISZKOPTY* 20 g	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 15 g SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 60 g HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250 ml SAŁATA MASŁOWA 10 g MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 1 929,5 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 222,4 Witamina C [mg] 87,5 WW [Por] 22,3 Błonnik pokarmowy [g] 20 Sód [mg] 1 546,4 suma cukrów prostych [g] 54 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 36,1
	DZIECIĘCA 4-10	PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY * 30 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 15 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g JAJKO KURZE GOTOWANE 1 szt	BUDYŃ B/C* 150 ml	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150 g KOPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml SOS WŁASNY* 100 ml SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130 g	BISZKOPTY* 20 g	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50 g CHLEB RAZOWY * 30 g MASŁO 82% 15 g SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250 ml MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 540,7 Białko ogółem [g] 108,1 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 337,6 Witamina C [mg] 148,9 WW [Por] 33,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sód [mg] 1 999 suma cukrów prostych [g] 55,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 40,9
	DZIECIĘCA 11-18	PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY * 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 60 g MASŁO 82% 15 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g JAJKO KURZE GOTOWANE 1 szt	BUDYŃ B/C* 150 ml	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEM* 400 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA NA SYPKO* 200 g FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g BUKIET WARZYW GOT KRÓLEWSKI* 150 g KOPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml SOS WŁASNY* 100 ml SURÓWKA WARZYWNA Z OLEJEM* 130 g	BISZKOPTY* 20 g	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g CHLEB RAZOWY * 40 g MASŁO 82% 15 g SZYNKA WP MICHAŁOWEJ* 60 g HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250 ml SAŁATA MASŁOWA 10 g MARCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 702,9 Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 102,2 Węglowodany ogółem [g] 371,3 Witamina C [mg] 148,9 WW [Por] 37,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sód [mg] 2 246,6 suma cukrów prostych [g] 56,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 41,5

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-13 sobota	PAPKOWATA	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400 ml BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 10 g SZYNKA TOSTOWA Z KURCZĄT MIELONĄ* 50 g SALATA MASŁOWA 10 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml JABŁKO PRAŻONE* 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g	KISIEL B/C* 150 ml	ZUPA SZPINAKOWA Z ZIEMN MIX* 400 ml ZIEMNIANKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150 g SOS WŁASNY* 100 ml FRYKADELEK DROB GOTOWANY* 100 g BURACZKI OPRÓSZANE* 150 g KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml	CHRUPKI KUKURYDZIANE * 15 g	BUŁKA PSZENNNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 10 g SZYNKA WP MICHAŁOWEJ MIELONĄ* 50 g ZUPA PAPA Z MIESEM* 400 ml MÁRCHEW GOTOWANA Z ZIOŁAMI* 70 g HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250 ml JABŁKO PIECZONE* 150 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 224,2 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 318,4 Witamina C [mg] 133,6 WW [Por] 32 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 Sód [mg] 1 626,1 suma cukrów prostych [g] 60,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 31
	PLYNNA	PŁATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNA* 400 ml KEFIR NATURALNY 150 ml HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	KISIEL B/C* 150 ml	PŁYNNA OB* 500 ml KOMPOT Z MIESZ OW Z JABŁKIEM B/C* 250 ml GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150 ml	JOGURT NATURALNY 150 ml	PŁYNNA KOL* 500 ml BUDYŃ B/C* 150 ml HERBATA GRAN Z CYTRYNA B/CIUKRU* 250 ml	JOGURT NATURALNY 150 ml	Energia [kcal] 2 142,3 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 236,4 Witamina C [mg] 62,4 WW [Por] 23,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,7 Sód [mg] 828,4 suma cukrów prostych [g] 69,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 51,5