

Jadłospisy w dniu 2024-01-24 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-24, środa	PODSTAWOWA	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY* 60 g CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40 g MASŁO 82% 15 g KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50 g OGÓREK śW 60 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g		ZUPA RYWALKA* 400 ml KOPYTKA* 200 g GULASZ DROBIOWY* 180 g SURÓWKA Z CZERWONEJ KAP Z OL/ 100 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM* 250 g FASÓLKA SZPARAGOWA Z BUŁKĄ TARTA I MASŁEM* 100 g		CHLEB PSZENNO-ŻYT NI* 60 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100 g POMIDOR* 80 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	SOK JABŁKOWY* 200 ml	Wartość netto [zł] 13,04 Wartość brutto [zł] 13,08 Energia [kcal] 2 636,2 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 86,3 Węglowodany ogółem [g] 410,8 Witamina C [mg] 178,7 WW [Por] 41,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Sód [mg] 2 173,2 suma cukrów prosty [g] 42,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 29,3
	LATWOSTRAWNA	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB GRAHAM* 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 60 g MASŁO 82% 15 g KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g POMIDOR 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g		ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 400 ml RYŻ 200G Z JABŁKIEM I CYNAMONEM 100G* 300 g JOGURT NATURALNY 150 ml KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM* 250 g SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100 g		BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g CHLEB GRAHAM* 40 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g PASTA DROBIOWO-W ARZYWNA* 100 g BROKUŁY GOTOWANE 80 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	SOK JABŁKOWY* 200 ml	Wartość netto [zł] 11,28 Wartość brutto [zł] 11,31 Energia [kcal] 2 373,3 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 407,1 Witamina C [mg] 142,6 WW [Por] 40,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sód [mg] 1 532,7 suma cukrów prosty [g] 63,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 25,2
	LATWOSTR. POŁOŻNICZA	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 100 g MASŁO 82% 20 g KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g	KANAPKA Z BUŁKI, M. EX I SZYNKĄ DĘBOWĄ* 1 Por	ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 400 ml RYŻ NA SYPKO* 200 g PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100 g SZPIŃAK GOTOWANY* 100 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM* 250 g SOS KOPERKOWY* 100 ml		BUŁKA PSZENNA KROJ* 120 g MASŁO 82% 20 g PASTA DROBIOWO-W ARZYWNA* 100 g JABŁKO PIECZONE* 150 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	JOGURT NATURALNY 150 ml	Wartość netto [zł] 13,66 Wartość brutto [zł] 13,68 Energia [kcal] 2 848 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 98 Węglowodany ogółem [g] 423,5 Witamina C [mg] 142,6 WW [Por] 42,5 Błonnik pokarmowy [g] 32 Sód [mg] 3 760,7 suma cukrów prosty [g] 59,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 44

Jadłospisy w dniu 2024-01-24 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-24 środa	Z ogr. łatw przysw. węgl.	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY* 60 g CHLEB PSZENNO ŻYTNI* 40 g MASŁO 82% 15 g KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g OGÓREK ŚW 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml WARZYWA GOTOWANE* 60 g POWIDŁA JABŁKOWE* 70 g	KISIEL B/C* 150 ml	ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 400 ml RYŻ BRAZOWY NA SYPKO* 200 g PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100 g SZPINAK GOTOWANY* 100 g KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250 g SOS KOPERKOWY* 100 ml SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100 g	KANAPKA Z CHLEBA RAZ ,M,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA* 1 Por	CHLEB PSZENNO-ŻYT NI* 60 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g POMIDOR* 80 g SAŁATA MASŁOWA 10 g PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	CHLEB RAZOWY* 30 g MASŁO ROŚLINNE 10 g POŁĘDWICA SOPÓCKA WP* 30 g SAŁATA MASŁOWA 15 g	Wartość netto [zł] 13,15 Wartość brutto [zł] 13,16 Energia [kcal] 2 498,3 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 407,6 Witamina C [mg] 153,8 WW [Por] 40,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,3 Sód [mg] 1 983,2 suma cukrów prostych [g] 47,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,3
	Z ogr. łatw przysw. węgl 1500	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 200 ml CHLEB RAZOWY* 30 g CHLEB PSZENNO-ŻYT NI* 30 g MASŁO 82% 10 g KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g OGÓREK ŚW 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml WARZYWA GOTOWANE* 60 g POWIDŁA JABŁKOWE* 70 g	KISIEL B/C* 150 ml	ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 200 ml RYŻ BRAZOWY NA SYPKO* 150 g PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100 g SZPINAK GOTOWANY* 100 g KOMPOT Z JABŁIEM I HIBISKUSEM B/C* 250 g SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100 g	JABŁKO 150 g	CHLEB PSZENNO-ŻYT NI* 30 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10 g POMIDOR* 80 g SAŁATA MASŁOWA 10 g PASTA DROBOWO-W ARZYWNA* 100 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	SOK POMIDOROWY * 1 szt	Wartość netto [zł] 12,12 Wartość brutto [zł] 12,13 Energia [kcal] 1 742,5 Białko ogółem [g] 80,1 Tłuszcz [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 297 Witamina C [mg] 188,2 WW [Por] 29,8 Błonnik pokarmowy [g] 42 Sód [mg] 1 319 suma cukrów prostych [g] 55,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 17,1

Jadłospisy w dniu 2024-01-24 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-24, środa	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY * 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 60 g MASŁO 82% 15 g KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g		ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 400 ml JOGURT NATURALNY 150 ml RYŻ 200G Z JABŁKIEM I CYNAMONEM 100G* 300 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250 g SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100 g		BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g CHLEB RAZOWY * 40 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g BROKUŁY GOTOWANE 80 g SAŁATA MASŁOWA 10 g PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	SOK JABŁKOWY* 200 ml	Wartość netto [zł] 10,55 Wartość brutto [zł] 10,58 Energia [kcal] 2 389,9 Białko ogółem [g] 62,9 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 424,3 Witamina C [mg] 131,9 WW [Por] 42,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Sód [mg] 1 436,9 suma cukrów prostych [g] 62,3 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 24,4
	O KONT.ZAW.KW.TŁ B/M	PLATKI OWSIANE NA WYWARZE* 350 ml CHLEB RAZOWY * 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 60 g MASŁO 82% 15 g KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g		ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM B/MLEKA* 400 ml RYŻ NA SYPKO* 200 g PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100 g SZPINAK GOTOWANY* 100 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250 g SOS KOPERKOWY* 100 ml SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100 g		CHLEB RAZOWY * 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g PASTA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI* 100 g BROKUŁY GOTOWANE 80 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	SOK JABŁKOWY* 200 ml	Wartość netto [zł] 10,72 Wartość brutto [zł] 10,75 Energia [kcal] 2 405,2 Białko ogółem [g] 72,7 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 405 Witamina C [mg] 180,1 WW [Por] 40,8 Błonnik pokarmowy [g] 38 Sód [mg] 3 427,5 suma cukrów prostych [g] 35,9 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 23,2
	ŁATW.Z OGR.TŁ.	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 100 g MASŁO 82% 10 g KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g		ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 400 ml JOGURT NATURALNY 150 ml KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250 g RYŻ 200G Z JABŁKIEM I CYNAMONEM 100G* 300 g		BUŁKA PSZENNA KROJ * 120 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml PASTA DROBIOWO-W ARZYWNA* 100 g JABŁKO PIECZONE* 150 g	CHRUPKI KUKURYDZIAN E * 15 g	Wartość netto [zł] 9,95 Wartość brutto [zł] 9,97 Energia [kcal] 2 344,5 Białko ogółem [g] 74,9 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 413,4 Witamina C [mg] 99,2 WW [Por] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Sód [mg] 1 415,2 suma cukrów prostych [g] 62,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 21,8

Jadłospisy w dniu 2024-01-24 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-24, środa	LATWOSTRAWNA BEZ TŁ	PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 100 g KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g		ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 400 ml JOGURT NATURALNY 150 ml RYŻ 200G Z JABŁKIEM I CYNAMONEM 100G* 300 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250 g		BUŁKA PSZENNA KROJ * 120 g PASTA DROBIOWO-W ARZYWNA* 100 g JABŁKO PIECZONE* 150 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	CHRUPKI KUKURYDZIAN E* 15 g	Wartość netto [zł] 9,51 Wartość brutto [zł] 9,52 Energia [kcal] 2 197,3 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 44,2 Węglowodany ogółem [g] 413,4 Witamina C [mg] 99,2 WW [Por] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Sód [mg] 1 414,3 suma cukrów prostych [g] 62,5 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 13,5
	Z OGR. SUB. POB. W.S. ŻOŁ	PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g MASŁO 82% 10 g SCHAB GOT B/SOLI * 60 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g	KISIEL B/C* 150 ml	ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 200 ml RYŻ NA SYPKO* 200 g PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100 g SOS KOPERKOWY* 100 ml SZPINAK GOTOWANY* 100 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250 g	JABŁKO PIECZONE* 150 g	BUŁKA PSZENNA KROJ* 100 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 10 g PASTA DROBIOWO-W ARZYWNA* 100 g JABŁKO PIECZONE* 150 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	JOGURT MIX NAT/ 1 szt	Wartość netto [zł] 12,7 Wartość brutto [zł] 12,74 Energia [kcal] 2 411,2 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 384,9 Witamina C [mg] 157,6 WW [Por] 38,7 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sód [mg] 3 355,3 suma cukrów prostych [g] 56 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 22,7
	BOGATOBIĄŁKOWA	PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY * 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 60 g MASŁO 82% 15 g KIEŁBASA SZYMKOWA WP* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml POMIDOR 60 g MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 400 ml RYŻ NA SYPKO* 200 g PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100 g SZPINAK GOTOWANY* 100 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250 g SOS KOPERKOWY* 100 ml SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100 g	KANAPKA Z CHLEBA RAZ ,M.SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA* 1 Por	CHLEB PSZENNO-ŻYT NI* 60 g CHLEB RAZOWY* 60 g MARGARYNA ROŚLINNA 80% tł 15 g PASTA DROBIOWO-W ARZYWNA* 100 g BROKUŁY GOTOWANE 80 g SAŁATA MASŁOWA 10 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	SOK JABŁKOWY* 200 ml	Wartość netto [zł] 14,16 Wartość brutto [zł] 14,2 Energia [kcal] 2 685,1 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 436,6 Witamina C [mg] 187,3 WW [Por] 43,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Sód [mg] 3 963 suma cukrów prostych [g] 59,6 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 30,1

Jadłospisy w dniu 2024-01-24 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-24 środa	DZIECIĘCA 1-3	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 200 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 15 g KIELBASA SZYMKOWA WP* 50 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml SAŁATA MASŁOWA 10 g POMIDOR 60 g MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g	KISIEL B/C* 150 ml	ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 200 ml RYŻ BRAZOWY NA SYPKO* 150 g PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 110 g SOS KOPERKOWY* 100 ml SZPINAK GOTOWANY* 100 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250 g	JOGURT NATURALNY 150 ml	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 15 g BROKUŁY GOTOWANE 80 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml SAŁATA MASŁOWA 10 g PASTA DROBIOWO-W ARZYWNA* 100 g	SOK JABŁKOWY* 200 ml	Wartość netto [zł] 12,05 Wartość brutto [zł] 12,09 Energia [kcal] 1 931,5 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Witamina C [mg] 173,6 WW [Por] 28,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Sód [mg] 1 096,2 suma cukrów prostych [g] 45,4 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 27,5
	DZIECIĘCA 10-18	PLATKI OWSIANE NA MLEKU* 350 ml CHLEB RAZOWY * 40 g BUŁKA PSZENNA KROJ* 60 g MASŁO 82% 15 g KIELBASA SZYMKOWA WP* 50 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml SAŁATA MASŁOWA 10 g POMIDOR 60 g MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g	KISIEL B/C* 150 ml	ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM* 400 ml ZIEMNIKI GOTOWANE Z KOPERKIEM* 150 g RYŻ 200G Z JABŁKIEM I CYNAMONEM 100G* 300 g JOGURT NATURALNY 150 ml KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250 g SURÓWKA Z MARCHWI I JABŁKA Z JOGURTEM*/ 100 g	KANAPKA Z CHLEBA RAZ ,M,SAŁ. Z SZYNKA Z INDYKA* 1 Por	BUŁKA PSZENNA KROJ* 80 g CHLEB RAZOWY * 40 g MASŁO 82% 15 g BROKUŁY GOTOWANE 80 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml SAŁATA MASŁOWA 10 g PASTA DROBIOWO-W ARZYWNA* 100 g	SOK JABŁKOWY* 200 ml	Wartość netto [zł] 13,29 Wartość brutto [zł] 13,34 Energia [kcal] 2 704,3 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 473,8 Witamina C [mg] 151,5 WW [Por] 47,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Sód [mg] 1 765,1 suma cukrów prostych [g] 68,2 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 33,9

Jadłospisy w dniu 2024-01-24 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-01-24 środa	PAPKOWATA	PLATKI OWSIANE NA MLEKU MIX* 400 ml BUŁKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 10 g KIELBASA SZYMKOWA WP MIELONA* 50 g SAŁATA MASŁOWA 10 g CUKINIA PAROWANA Z ZIOŁAMI* 60 g HERBATA B/CIUKRU* 250 ml MIÓD 50 g WARZYWA GOTOWANE* 60 g	KISIEL B/C* 150 ml	ZUPA ZIEMNIACZAN A Z BURAKIEM MIX* 400 ml RYŻ NA SYPKO* 200 g PULPET DROBIOWY GOTOWANY* 100 g SOS KOPERKOWY* 100 ml SZPINAK GOTOWANY* 150 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250 g	CHRUPKI KUKURYDZIAN E * 15 g	BUŁKA PSZENNA KROJ* 50 g MASŁO 82% 10 g PASTA DROBIOWO-W ARZYWNA* 60 g ZUPA PAPA Z MIĘSEM* 400 ml HERBATA B/CIUKRU* 250 ml JABŁKO PIECZONE* 150 g	SOK JABŁKOWY* 200 ml	Wartość netto [zł] 12,27 Wartość brutto [zł] 12,3 Energia [kcal] 2 396,5 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 390,1 Witamina C [mg] 172,2 WW [Por] 39,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sód [mg] 3 025,7 suma cukrów prostych [g] 56,8 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 26,9
	PŁYNNA	PLATKI OWSIANE NA MLEKU PŁYNNA* 400 ml JOGURT NATURALNY 150 ml HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	KISIEL* 150 ml	PŁYNNA OB* 500 ml KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM * 250 g GALARETKA OWOCOWA PŁYNNA* 150 ml	KASZA MANNA NA WODZIE Z JABŁKIEM PRAŻ* 200 ml	PŁYNNA KOL* 500 ml SEREK WANILIOWY HOM* 150 ml HERBATA B/CIUKRU* 250 ml	SOK JABŁKOWY* 200 ml	Wartość netto [zł] 13,21 Wartość brutto [zł] 13,27 Energia [kcal] 2 308,5 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 278,6 Witamina C [mg] 58,6 WW [Por] 27,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sód [mg] 614,6 suma cukrów prostych [g] 56,1 kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g] 52,7