

JADŁOSPIS 10.02.2024r. - 19.02.2024r.
DIETA ŁATWOSTRAWNA

Dzień: 1 - Sobota, 2024-02-10		
I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> 1. Płatki jęczmienne na mleku 2% 350.00g składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 86%, Płatki jęczmienne 14% 2. Chleb baltonowski 75.00g 3. Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g 4. Polędwica sopocka 50.00g 5. Ser twarogowy półtłusty 70.00g 6. Pomidor 100.00g 7. Sałata 5.00g 8. Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1% 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zupa z fasoli szparagowej 400.00g składniki: Woda wodociągowa 53%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa S 13%, Fasola szparagowa 11%, Ziemniaki średnio 11%, Marchew 10%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 3%, Pietruszka liście 0%, Mąka pszenna typ 500 0% 2. Filet z kurczaka duszony w sosie pomidorowym 100.00g składniki: Mięso z piersi kurczaka bez skóry 88%, Koncentrat pomidorowy 30% 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Przyprawa Jarzynka 1% 3. Warzywa gotowane 160.00g składniki Brokuły mrożone 31%, Kalafior mrożony 31%, Marchew 31%, Bulka tarta 7%, 4. Ryż biały 120.00g 5. Jabłko 150.00g 6. Kompot ze świeżych jabłek 250.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Aronia 0% 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chleb baltonowski 75.00g 2. Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g 3. Pierś gotowana z indyka premium 60.00g 4. Pomidor 100.00g 5. Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1%
<p>II kolacja: Jogurt naturalny 2% tłuszczu 150.00g z płatkami owsianymi 30.00g</p>		

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2037,7 kcal; **Białko:** 93,2 g; **Węglowodany:** 326,18 g; w tym **Cukry:** 68,6 g; **Tłuszcze:** 45,8 g; **NKT:** 12 g; **Blonnik:** 26,27 g; **Sól:** 5,92 g

Dzień: 2 - Niedziela, 2024-02-11		
I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 250.00g składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 94%, Cukier 4%, Kakao 16% proszek 2% Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Jaja gotowane 50.00g składniki: Jaja kurze całe 100% Ser twarogowy półtłusty 70.00g Pomidor 100.00g Miód pszczeli 50.00g 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa pomidorowa z ryżem niezabielana 400.00g składniki: Woda wodociągowa 69%, Marchew 13%, Włoszczyzna krojona w paski mrożona 11%, Ryż biały 5%, Koncentrat pomidorowy 30% 1%, Mąka pszenna typ 500 0%, Pietruszka liście 0% Jogurt naturalny 2% tłuszczu 20.00g Bitki wieprzowe duszone 120.00g składniki: Wieprzowina łopatka 92%, Mąka pszenna typ 500 4%, Olej rzepakowy uniwersalny 4% Ziemniaki 280.00g Warzywa gotowane 150.00g składniki Kalafior mrożony 87%, Bulka tarta 7%, Margaryna mr słynne 6% Jabłko 150.00g Kompot ze świeżych jabłek 250.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Aronia 0% 	<ol style="list-style-type: none"> Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Ogonówka 50.00g Pomidor 100.00g Bawarka 250.00g składniki: Woda wodociągowa 50%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 49%, Herbata czarna 1%
II kolacja: Sok pomidorowy 250.00g		

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2032 kcal; **Białko:** 78,4 g; **Węglowodany:** 280,46 g; **w tym Cukry:** 84,32 g; **Tłuszcze:** 71,4 g; **NKT:** 19 g; **Blonnik:** 23,41 g; **Sól:** 3,74 g

Dzień: 3 - Poniedziałek, 2024-02-12

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> 1. Kasza manna na mleku 2% 350.00g składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 90%, Kasza manna 10% 2. Chleb baltonowski 75.00g 3. Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g 4. Paszтет drobiowy podlaski 50.00g 5. Sałata 5.00g 6. Jabłko 150.00g 7. Pomidor 50.00g 8. Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1% 	<ol style="list-style-type: none"> 9. Zupa ziemniaczana zabiелana 400.00g składniki: Woda wodociągowa 63%, Ziemniaki średnio 13%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa S 13%, Porcja rosółowa z kurczaka 5%, Marchew 3%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 3%, Mąka pszenna typ 500 1%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 1%, Pietruszka liście 1%, Koper ogrodowy 1% 10. Pulpety z mięsa wieprzowego gotowane 80.00g składniki: Wieprzowina łopatka 78%, Bułki pszenne zwykle 16%, Jaja kurze całe 6% 11. Sos koperkowy 30.00g składniki: Jogurt naturalny 2% tłuszczu 44%, Koper ogrodowy 28%, Mąka pszenna typ 500 28% 12. Kasza jęczmienna perłowa kupiec 120.00g 13. Surówka ze świeżych warzyw 150.00g, składniki: Marchew 67%, Jabłko 33% 14. Kompot ze świeżych jabłek 250.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Aronia 0% 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chleb baltonowski 75.00g 2. Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g 3. Szynka konserwowa drobiowa 60.00g 4. Ser twarogowy półtłusty 50.00g 5. Pomidor 100.00g 6. Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1%
<p>II kolacja: Jogurt naturalny 2% tłuszczu 150.00g, Płatki owsiane 30.00g</p>		

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2085,1 kcal; **Białko:** 78,5 g; **Węglowodany:** 318,79 g; **w tym Cukry:** 68,92 g; **Tłuszcze:** 59,1 g; **NKT:** 15,2 g; **Blonnik:** 18,19 g; **Sól:** 4,57 g

Dzień: 4 - Wtorek, 2024-02-13

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> 1. Płatki jaglane na mleku 2% 350.00g składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, Płatki jaglane 13% 2. Chleb baltonowski 75.00g 3. Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g 4. Parówki jedynecki premium 60.00g 5. Pomidor 100.00g 6. Sałata 5.00g 7. Dżem owocowy niskosłodzony 50.00g 8. Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1% 	<ol style="list-style-type: none"> 9. Rosół z makaronem 350.00g składniki: Woda wodociągowa 60%, Marchew 15%, Kurczak tuszka 13%, Makaron dwujajeczny 10%, Pietruszka korzeń 1%, Seler korzeniowy 1% 10. Udko z kurczaka gotowane 150.00g składniki: Mięso z ud kurczaka ze skórą 100%, Przyprawa jarzynka 0% 11. Ziemniaki 280.00g 12. Sałata zielona z olejem 40.00g składniki: Sałata 90%, Olej rzepakowy uniwersalny 10% 13. Jabłko 150.00g 14. Kompot ze świeżych jabłek 250.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Aronia 0% 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chleb baltonowski 75.00g 2. Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g 3. Pasta z ryby pieczonej z warzywami 95g składniki: Ryba z pieca 63% (składniki: Miruna 95%, Cytryna 5%, Pieprz czarny mielony 0%), Marchew 31%, Cebula 20.00g, Olej rzepakowy uniwersalny 6% 4. Pomidor 100.00g 5. Kefir naturalny 2% tłuszczu 250.00g 6. Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1%
II kolacja: Chrupki kukurydziane 25.00g		

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2118,3 kcal; **Białko:** 90,3 g; **Węglowodany:** 298,22 g; **w tym Cukry:** 84,01 g; **Tłuszcze:** 67,1 g; **NKT:** 16,2 g; **Błonnik:** 20,3 g; **Sól:** 3,83 g

Dzień: 5 - Środa, 2024-02-14

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> Płatki owsiane na mleku 2% tłuszczu 350.00g składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, Płatki owsiane 13% Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Jaja gotowane 100.00g składniki: Jaja kurze całe 100% Pomidor 50.00g Pomarańcza 120.00g Miód pszczeli 30.00g Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1% 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa jarzynowa 400.00g składniki: Woda wodociągowa 49%, Ziemniaki średnio 13%, Marchew 10%, Fasola szparagowa 10%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa S 8%, Kalafior 5%, Brokuły mrożone 5%, Mąka pszenna typ 500 0%, Pietruszka liście 0%, Koper ogrodowy 0% Dorsz. pulpety pieczone 100.00g składniki: Dorsz atlantycki filet bez skóry mrożony 70%, Bułki pszenne zwykłe 12%, Jaja kurze całe 9%, Bułka tarta 4%, Olej rzepakowy uniwersalny 4% Ziemniaki 280.00g Marchew oprószana 150.00g składniki: Marchew 87%, Bułka tarta 7%, Margaryna mr Słynne 7% Banan 120.00g Chrupki kukurydziane 30.00g Kompot ze świeżych jabłek 250.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Aronia 0% 	<ol style="list-style-type: none"> Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Ser twarogowy półtłusty 100.00g Pomidor 100.00g Sałata 5.00g Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1%
II kolacja: Sok pomidorowy 250.00g		

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2100,8 kcal; **Białko:** 83,6 g; **Węglowodany:** 335,6 g; **w tym Cukry:** 88,26 g; **Tłuszcze:** 53,9 g; **NKT:** 13,3 g; **Błonnik:** 30,89 g; **Sól:** 4,12 g

Dzień: 6 - Czwartek, 2024-02-15

I śniadanie	obiad	Kolacja
<p>1. Płatki orkiszowe pełnoziarniste na mleku 2% 350.00g składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 86%, Płatki orkiszowe pełnoziarniste 14%</p> <p>2. Chleb baltonowski 75.00g</p> <p>3. Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g</p> <p>4. Pierś gotowana z indyka premium 50.00g</p> <p>5. Pomidor 50.00g</p> <p>6. Sałata 5.00g</p> <p>7. Mandarynka 60.00g</p> <p>8. Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1%</p>	<p>1. Zupa brokułowa z ziemniakami 400.00g składniki: Woda wodociągowa 43%, Brokuły 18%, Marchew 13%, Ziemniaki średnio 13%, Włoszczyzna krojona w paski mrożona 8%, Porcja rosołowa z kurczaka 4%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 4%</p> <p>2. Szyńka duszona w sosie własnym 120.00g składniki: Wieprzowina szynka surowa 94%, Olej rzepakowy uniwersalny 6%, Przyprawa Jarzynka 0%</p> <p>3. Ziemniaki 280.00g</p> <p>4. Buraczki czerwone z jabłkiem 150.00g składniki: Burak 61%, Jabłko 34%, Olej rzepakowy uniwersalny 5%</p> <p>5. Jogurt owocowy 1.5% tłuszczu 150.00g</p> <p>6. Kompot ze świeżych jabłek 250.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Aronia 0%</p>	<p>1. Chleb baltonowski 75.00g</p> <p>2. Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g</p> <p>3. Szynkówka wieprzowa 50.00g</p> <p>4. Ser twarogowy półtłusty 50.00g</p> <p>5. Pomidor 100.00g</p> <p>6. Sałata 5.00g</p> <p>7. Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1%</p>
<p>II kolacja: Chrupki kukurydziane 25.00g</p>		

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2029,3 kcal; **Białko:** 85,6 g; **Węglowodany:** 268,49 g; **w tym Cukry:** 69,28 g; **Tłuszcze:** 73,8 g; **NKT:** 18,2 g; **Błonnik:** 25,94 g; **Sól:** 4,77 g

Dzień: 7 - Piątek, 2024-02-16		
I śniadanie	obiad	Kolacja
<ol style="list-style-type: none"> Płatki jaglane na mleku 2% 350.00g składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, Płatki jaglane 13% Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Ser twarogowy półtłusty 70.00g Pomidor 90.00g Salata 10.00g Dżem owocowy niskosłodzony 50.00g Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1% 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa kalafiorowa z makaronem 400.00g składniki: Woda wodociągowa 45%, Kalafior 20%, Marchew 13%, Makaron pełnoziarnisty bezjajeczny S 10%, Porcja rosółowa z kurczaka 5%, Pietruszka korzeń 5%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 2%, Mąka pszenna typ 500 1% Ryba z pieca 100.00g składniki: Miruna 95%, Cytryna 5%, Sól biała 0% Ziemniaki 280.00g Warzywa gotowane 150.00g składniki: Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa 87%, Bułka tarta 7%, Margaryna mr słynne 6% Pomarańcza 120.00g Kompot ze świeżych jabłek 250.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Aronia 0% 	<ol style="list-style-type: none"> Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Pasta z jaja 120.00g składniki: Jaja gotowane 83% składniki: Jaja kurze całe 100%, Margaryna mr słynne 17% Jogurt naturalny 2% tłuszczu 150.00g Pomidor 100.00g Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1%
II kolacja: Sok pomidorowy 250.00g		

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2050,8 kcal; **Białko:** 88,3 g; **Węglowodany:** 288,58 g; **w tym Cukry:** 85,9 g; **Tłuszcze:** 65,5 g; **NKT:** 19,4 g; **Blonnik:** 23,59 g; **Sól:** 4,43 g

Dzień: 8 - Sobota, 2024-02-17		
I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> Platki jęczmienne na mleku 2% 350.00g składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 86%, Platki jęczmienne 14% Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Pierś gotowana z indyka 50.00g Salata 10.00g Jabłko 150.00g Miód pszczeleli 30.00g Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1% 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa ziemniaczana zabieleną 400.00g składniki: Woda wodociągowa 63%, Ziemniaki średnio 13%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa 13%, Porcja rosółowa z kurczaka 5%, Marchew 3%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 3%, Mąka pszenna typ 500 1%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 1%, Pietruszka liście 1%, Koper ogrodowy 1% Spaghetti z mięsa mieszanego duszone 200.00g składniki: Makaron bez jajeczny 41%, Wieprzowina szynka surowa 20%, Mięso z piersi kurczaka bez skóry 20%, Marchew 9%, Koncentrat pomidorowy 30% 5%, Włoszczyzna krojona w paski mrożona 5%, Przyprawa Jarzynka 0% Banan 120.00g Kompot ze świeżych jabłek 250.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Aronia 0% 	<ol style="list-style-type: none"> Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Ogonówka 60.00g Ser twarogowy półtłusty 50.00g Pomidor 90.00g Salata 10.00g Bawarka 250.00g składniki: Woda wodociągowa 50%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 49%, Herbata czarna 1%
II kolacja: Chleb baltonowski 50.00g, Margaryna mr słynne 5.00g, Szynka z piersi kurczaka 30.00g		

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2090 kcal; **Białko:** 91,1 g; **Węglowodany:** 327,45 g; **w tym Cukry:** 81,38 g; **Tłuszcze:** 50,8 g; **NKT:** 12,4 g; **Blonnik:** 20,84 g; **Sól:** 5,48 g

Dzień: 9 - Niedziela, 2024-02-18		
I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 250.00g składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 94%, Cukier 4%, Kakao 16% proszek 2% Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Parówkowa z kurczaka spiżarnia 70.00g [składniki: Mięso z kurczaka 92%, przyprawy naturalne, woda, sól, białko wieprzowe, cukier, syrop klonowy, substancja konserwująca: azotyn sodu, naturalna osłonka wieprzowa.] Ser twarogowy półtłusty 50.00g Dżem owocowy niskosłodzony 50.00g Pomidor 100.00g 	<ol style="list-style-type: none"> Rosół z makaronem 400.00g składniki: Woda wodociągowa 60%, Marchew 15%, Kurczak tuszka 13%, Makaron dwujajeczny 10%, Pietruszka korzeń 1%, Seler korzeniowy 1% Dorsz. Pulpety pieczone 100.00g składniki: Dorsz mrożony 63%, Bulki pszenne zwykłe 11%, Marchew 9%, Jaja kurze całe 8%, Bulka tarta 8%, Olej rzepakowy uniwersalny 2% Ziemniaki 280.00g Warzywa gotowane 150.00g składniki: Fasolka szparagowa mrożona 87%, Margaryna mr słynne 7%, Bulka tarta 6% Jabłko 150.00g Kompot ze świeżych jabłek 250.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Aronia 0% 	<ol style="list-style-type: none"> Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Połędwica sopocka 50.00g Jaja gotowane 50.00g składniki: Jaja kurze całe 100% Pomidor 100.00g Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1%
II kolacja: Jogurt naturalny 2% tłuszczu 150.00g, Płatki owsiane 30.00g		

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2036,5 kcal; **Białko:** 94 g; **Węglowodany:** 294,45 g; **w tym Cukry:** 93,43 g; **Tłuszcze:** 58,8 g; **NKT:** 15,6 g; **Błonnik:** 23,7 g; **Sól:** 4,79 g

Dzień: 10 - Poniedziałek, 2024-02-19		
I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> Zacierka na mleku 2% 350.00g składniki: Mleko spożywcze 2% tłuszczu 90%, Zacierka jajeczna 10% Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 2% tłuszczu 10.00g Parówki jedynecki premium 60.00g Miód pszczeli 30.00g Pomidor 100.00g Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1% 	<ol style="list-style-type: none"> Zupa koperkowa z ryżem 400.00g składniki: Woda wodociągowa 59%, Marchew 13%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa S 13%, Ryż biały 8%, Porcja rosółowa z kurczaka 5%, Koper ogrodowy 1%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu 1%, Mąka pszenna typ 500 1%, Mleko spożywcze 2% tłuszczu 1%, Pietruszka liście 1% Schab duszony 120.00g składniki: Schab wieprzowy bez kości 94%, Olej rzepakowy uniwersalny 5%, Bazylia suszona 1%, Majeranek suszony 0%, Sól biała 0% Ziemniaki 280.00g Sałata zielona z olejem 40.00g składniki: Sałata 90%, Olej rzepakowy uniwersalny 10% Pomarańcza 120.00g Kompot ze świeżych jabłek 250.00g składniki: Woda wodociągowa 80%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Aronia 0% 	<ol style="list-style-type: none"> Chleb baltonowski 75.00g Masło prawdziwe 82% tłuszczu 10.00g Pasta z wędliny 80.00g składniki: Szyńka delikatesowa z kurczaka 63%, Jaja kurze całe 26%, Margaryna MR Słynne 11% Pomidor 100.00g Sałata 5.00g Herbata czarna z cukrem 250.00g składniki: Woda wodociągowa 95%, Cukier 4%, Herbata czarna 1%
II kolacja: Jogurt naturalny 2% tłuszczu 150.00g, Płatki owsiane 30.00g		

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2063,8 kcal; **Białko:** 83,8 g; **Węglowodany:** 290,6 g; **w tym Cukry:** 75,27 g; **Tłuszcze:** 67,2 g; **NKT:** 17,6 g; **Blonnik:** 19,54 g; **Sól:** 4,19 g