

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2023-11-20</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Paszтет Ciechanowski-Paszтет drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</b> ), Ogórek kiszony 100 g ,	Barszcz ukraiński z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko (brązowy) 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Mandarynki 2 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <b>SEL</b> ), Pomidor 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2198.6 kcal; B: 80.84 g; T: 41.3 g; Kw. tł. nasy.: 8.97 g; W: 387.36 g; W tym cukry: 104.76 g; Bł.: 32.28 g; Sól: 7.71 g; WW: 35.38 Por; Ener. z B: 14.71 %; Ener. z W: 64.6 %; Ener. z T: 16.91 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4049.9 mg;		
<b>poniedziałek 2023-11-20</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci</b>		
Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b>SEL</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Szynka z indykami prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g ( <b>SOJ</b> ), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Ryż na sypko 200 g , Klopsik drobiowy z udźca 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ), Sos ziółowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ), Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 150 g , Mandarynki 2 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <b>SEL</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 25 g , Sałata zielona 10 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2377.69 kcal; B: 78.29 g; T: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; W: 397.72 g; W tym cukry: 88.78 g; Bł.: 30.45 g; Sól: 6.23 g; WW: 36.71 Por; Ener. z B: 13.17 %; Ener. z W: 61.79 %; Ener. z T: 22.58 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 3670.89 mg;		
<b>poniedziałek 2023-11-20</b> <b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci</b>		
kasza kukurydziana na ml/p 400 ml ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 2 szt , Blok drobiowy-wędlina dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <b>SOJ, MLE</b> ), Warzywa pieczone 100 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami (*) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ), Ryż na sypko 200 g , Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g ( <b>MLE</b> ), Mandarynki 2 szt , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ), Tłuszcz do smarownia (59% tł) 10g 1 szt , Pasta mięsno-warzwna, z mięsa drobiowego z udźca* 80 g ( <b>SEL</b> ), Pomidor b/skórki 80 g , Roszponka 20 g ,
II Śniadanie: Budyń o smaku waniliowym/p b/c 200 ml ( <b>MLE</b> ),		Posiłek nocny: Rogal maślany 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2384.53 kcal; B: 80.83 g; T: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 9.36 g; W: 410.03 g; W tym cukry: 107.5 g; Bł.: 22.11 g; Sól: 5.24 g; WW: 38.77 Por; Ener. z B: 13.56 %; Ener. z W: 65.07 %; Ener. z T: 19.63 %; Ener. z Bł.: 1.85 %; K: 4132.67 mg;		

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, GLU JE CZ,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g , Pomidor 50 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Kotlec drobiowy panierowany 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Surówka wykwinna z olejem b/c 150 g ( <u>JAJ, GOR,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Surówka z rzodkwi i czarnuszki 100 g ,
II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** E: 2597.8 kcal; B: 99.34 g; T: 73 g; Kw. tł. nasy.: 12.62 g; W: 403.58 g; W tym cukry: 77.8 g; Bł.: 34.9 g; Sól: 11.18 g; WW: 36.85 Por; Ener. z B: 15.3 %; Ener. z W: 56.77 %; Ener. z T: 25.29 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 4249.38 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci		
Płatki jęczminne na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL, GLU JE CZ,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 73% 10 g , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g , Pomidor 50 g ,	Jarzynowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Marchew oprószana z olejem* 130 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Tłuszcz do smarowania 73% 10 g , Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20 g ,	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** E: 2275.45 kcal; B: 93.65 g; T: 44.13 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; W: 391.34 g; W tym cukry: 70.07 g; Bł.: 29.45 g; Sól: 9.15 g; WW: 36.17 Por; Ener. z B: 16.46 %; Ener. z W: 63.62 %; Ener. z T: 17.46 %; Ener. z Bł.: 2.59 %; K: 3663.78 mg;

wtorek 2023-11-21 Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci		
Płatki jęczmienna na mleku /p 400 ml ( <u>MLE, GLU JE CZ,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g , Pomidor 50 g ,	Jarzynowa z zacierką *-dieta 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Filet z kurczaka gotowany 80 g , Sos pietruszkowy () 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Marchew oprószana z olejem* 130 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Jabłko 1 szt 1 szt ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Jogurt owoce leśne 100g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ),	Posiłek nocny: Sok wielowarzywny pasteryzowany 250 ml ,

**Wartości odżywcze:** E: 2410.83 kcal; B: 109.44 g; T: 46.1 g; Kw. tł. nasy.: 10.5 g; W: 403.61 g; W tym cukry: 77.44 g; Bł.: 24.4 g; Sól: 9.59 g; WW: 37.97 Por; Ener. z B: 18.16 %; Ener. z W: 62.92 %; Ener. z T: 17.21 %; Ener. z Bł.: 2.02 %; K: 4155.77 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, _</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt, Ser topiony trójkąt 17,5 g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ), Szyunka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 40 g ( <u>SOJ, SEL, _</u> ), Pomidor 80 g, Rukola 20 g,	Kapuśniak z kapusty białej* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR, _</u> ), Kasza gryczana 200 g, Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ), Sos jarzynowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ), Surówka z marchwi z olejem () 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml, Banan 1szt. 1 szt,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt, Sałatka z makaronu pełnoziarnistego i tuńczyka () 150 g ( <u>GLU PSZ, RYB, MLE, _</u> ), Sałata zielona 20 g
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa* 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ),	Podwieczorek: Biskopki 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, _</u> ),	Posiłek nocny: Chałka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 3007.21 kcal; B: 107.8 g; T: 65.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.26 g; W: 526.47 g; W tym cukry: 119.32 g; Bł.: 44.76 g; Sól: 10.04 g; WW: 48.22 Por; Ener. z B: 14.34 %; Ener. z W: 64.07 %; Ener. z T: 19.49 %; Ener. z Bł.: 2.98 %; K: 4792.77 mg;

środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci		
Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL, GLU OW, _</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt, Szyunka z pierśią indyczą- wędlina drobiowa grubo rozdrobniona, parzona,w osłonce niejadalanej 50 g ( <u>SOJ, SEL, _</u> ), Pomidor b/skórki 100 g,	Ziemniaczana *(bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ, _</u> ), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ), Sos jarzynowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Banan 1szt. 1 szt, Kompot owocowy* z/c 250 ml,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt, Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g ( <u>RYB, SEL, _</u> ), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <u>SEL, _</u> ),	Podwieczorek: Biskopki b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, _</u> ),	Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30 g,

**Wartości odżywcze:** E: 2753.04 kcal; B: 88.42 g; T: 53.75 g; Kw. tł. nasy.: 10.89 g; W: 493.62 g; W tym cukry: 88.29 g; Bł.: 31.62 g; Sól: 6.75 g; WW: 46.25 Por; Ener. z B: 12.85 %; Ener. z W: 67.12 %; Ener. z T: 17.57 %; Ener. z Bł.: 2.3 %; K: 4412.97 mg;

środa 2023-11-22 Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci		
Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU OW, _</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt, Serek homo. naturalny 60 g ( <u>MLE, _</u> ), Pomidor b/skórki 100 g,	Ziemniaczana * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, _</u> ), Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JĘCZ, _</u> ), Pieczeń rzymska drobiowa z indyka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ), Sos jarzynowy* 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g, Kompot owocowy* z/c 250 ml, Jabłko pieczone 1szt. 1 szt,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml, Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt, Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny* 80 g ( <u>RYB, SEL, _</u> ), Sałata zielona 20 g,
II Śniadanie: Sałatka jarzynowa* dieta 100 g ( <u>MLE, SEL, _</u> ),	Podwieczorek: Biskopki 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘCZ, _</u> ),	Posiłek nocny: Chałka 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, _</u> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2761.46 kcal; B: 105.7 g; T: 46.27 g; Kw. tł. nasy.: 7.24 g; W: 503.82 g; W tym cukry: 90.27 g; Bł.: 29.33 g; Sól: 6.26 g; WW: 47.45 Por; Ener. z B: 15.31 %; Ener. z W: 68.73 %; Ener. z T: 15.08 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 4359.87 mg;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

czwartek 2023-11-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Pasztet z fasoli* 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Sałatka z ogórka kons, i papryki konserwowej 100 g ( <u>GOR,</u> ),	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron z sosem bolognese z łop wp* 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g , Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g ( <u>MLE,</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Serek Fromage 60 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Pomarańcza 250g 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 3104.58 kcal; B: 118.24 g; T: 91.24 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; W: 468.7 g; W tym cukry: 87.81 g; Bł.: 41.33 g; Sól: 9.01 g; WW: 42.7 Por; Ener. z B: 15.23 %; Ener. z W: 55.06 %; Ener. z T: 26.45 %; Ener. z Bł.: 2.66 %; K: 4528.21 mg;

czwartek 2023-11-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci		
Kasza manna na wywarze jarzynowym* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Ćwikła z jabłkiem () 100 g ,	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Makaron z sosem bolognese z łop wp*bml 400 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt , Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Jabłko 1 szt 1 szt ,	Podwieczorek: Pomarańcza 250g 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2589.64 kcal; B: 93.77 g; T: 51.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.81 g; W: 448.85 g; W tym cukry: 87.23 g; Bł.: 30.87 g; Sól: 6.6 g; WW: 41.73 Por; Ener. z B: 14.48 %; Ener. z W: 64.56 %; Ener. z T: 17.9 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 3644.05 mg;

czwartek 2023-11-23 Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci		
Kasza manna na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Blok drobiowy- wędlna dro. parzona z dodatkiem mięsa wp 50 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Ćwikła z jabłkiem () 100 g ,	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Makaron z sosem bolognese z łop wp* 400 g ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ), Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Twarożek 60 g ( <u>MLE,</u> ), Połędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 40 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Pomidor 80 g , Mix sałat 20 g ,
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Pomarańcza 250g 1 szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2816.89 kcal; B: 125.3 g; T: 59.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.59 g; W: 455.85 g; W tym cukry: 91.19 g; Bł.: 26.94 g; Sól: 7.24 g; WW: 42.86 Por; Ener. z B: 17.79 %; Ener. z W: 60.91 %; Ener. z T: 18.92 %; Ener. z Bł.: 1.91 %; K: 4266.11 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU PSZ, _</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Serek ziarnisty naturalny 150 g ( <u>MLE, _</u> ), Powidło śliwkowe 50 g , Gruszka 1szt. 150 g ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba smażona (Dorsz) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, _</u> ), Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g , Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, _</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, _</u> ), Papryka świeża 80 g , Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml ,	Podwieczorek: Herbatniki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u> ),	Posiłek nocny: Słupki z marchewki 100 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 3008.58 kcal; B: 109.38 g; T: 73.03 g; Kw. tł. nasy.: 16.91 g; W: 498.28 g; W tym cukry: 142.79 g; Bł.: 40.66 g; Sól: 9.51 g; WW: 45.7 Por; Ener. z B: 14.54 %; Ener. z W: 60.84 %; Ener. z T: 21.85 %; Ener. z Bł.: 2.7 %; K: 4868.19 mg;

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci		
Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL, _</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt , Dżem 25 g 2 szt , Polędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <u>SOJ, _</u> ), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Krupnik jęczmienny (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ, _</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona (Dorsz) 100 g ( <u>RYB, _</u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta (bez mleka) 80 g ( <u>JAJ, _</u> ), Sałatka z pomidorów i natką pietruszki 100 g ,
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml ,	Podwieczorek: Wafle ryżowe 30 g ,	Posiłek nocny: Słupki z marchewki 100 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2515.23 kcal; B: 89.08 g; T: 47.44 g; Kw. tł. nasy.: 11.82 g; W: 449.71 g; W tym cukry: 110.21 g; Bł.: 32.19 g; Sól: 6.7 g; WW: 41.77 Por; Ener. z B: 14.17 %; Ener. z W: 66.4 %; Ener. z T: 16.97 %; Ener. z Bł.: 2.56 %; K: 4060.59 mg;

piątek 2023-11-24 Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci		
Zacierka na mleku/p 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, ŻYT, GLU JĘCZ, _</u> ), Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml ( <u>MLE, GLU PSZ, _</u> ), Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Dżem 25 g 1 szt , Serek ziarnisty naturalny 150 g ( <u>MLE, _</u> ), Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,	Krupnik jęczmienny* 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JĘCZ, _</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Ryba pieczona (Dorsz) 100 g ( <u>RYB, _</u> ), Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL, _</u> ), Kalafior gotowany* 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ, _</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ), Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g ( <u>MLE, _</u> ),
II Śniadanie: Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml ,	Podwieczorek: Herbatniki 32 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, _</u> ),	Posiłek nocny: Słupki z marchewki 100 g ,

**Wartości odżywcze:** E: 2768.13 kcal; B: 117.54 g; T: 52.21 g; Kw. tł. nasy.: 14.72 g; W: 474.3 g; W tym cukry: 134.62 g; Bł.: 30.79 g; Sól: 7.39 g; WW: 44.34 Por; Ener. z B: 16.99 %; Ener. z W: 64.09 %; Ener. z T: 16.98 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 4945.7 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: SZPITAL PUŁAWY</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>

<b>sobota 2023-11-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci</b>		

Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b><u>MLE, GLU OW,</u></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 80 g ( <b><u>SOJ, SEL,</u></b> ), Surówka z kapusty pekińskiej z papryką, kukurydzą i olejem 100 g , Ketchup saszetka 20g 1 szt ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u></b> ), Ryż na sypko 200 g , Kociotek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g ( <b><u>SEL,</u></b> ), Surówka z marchwi i selera ( ) 150 g ( <b><u>MLE, SEL,</u></b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb Graham 50 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową 100 g ( <b><u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</u></b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka wiosenna 100 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Serek homo. naturalny 150 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Mus z truskawek* 50 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko 1 szt 1 szt , Orzechy włoskie łuskane 30 g ( <b><u>ORZ,</u></b> ),

**Wartości odżywcze:** E: 2754.28 kcal; B: 111.77 g; T: 93.2 g; Kw. tł. nasy.: 18.04 g; W: 389.96 g; W tym cukry: 90.26 g; Bł.: 40.52 g; Sól: 9.17 g; WW: 35.06 Por; Ener. z B: 16.23 %; Ener. z W: 50.75 %; Ener. z T: 30.46 %; Ener. z Bł.: 2.94 %; K: 4229.09 mg;

<b>sobota 2023-11-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci</b>		

Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml ( <b><u>SEL, GLU OW,</u></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 40 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ,</u></b> ), Pomidor 50 g ,	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b><u>GLU PSZ, SEL,</u></b> ), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g ( <b><u>GLU PSZ, SEL,</u></b> ), Buraczki oprószane ( ) 130 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Bułka pszenna 50g 50 szt ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 100 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u></b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Chrupki kukurydziane 20 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 9321.87 kcal; B: 270.13 g; T: 109.34 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; W: 1803.24 g; W tym cukry: 60.46 g; Bł.: 76.86 g; Sól: 50.51 g; WW: 172.6 Por; Ener. z B: 11.59 %; Ener. z W: 74.08 %; Ener. z T: 10.56 %; Ener. z Bł.: 1.65 %; K: 2837.45 mg;

<b>sobota 2023-11-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci</b>		

Płatki owsiane na mleku/p 400 ml ( <b><u>MLE, GLU OW,</u></b> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Szynka luksusowa- wp. grubo rozdrob. wędzona, parzona 40 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ,</u></b> ), Pomidor 50 g ,	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml ( <b><u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u></b> ), Ryż na sypko 200 g , Potrawka drobiowa z warzywami * 180 g ( <b><u>GLU PSZ, SEL,</u></b> ), Buraczki oprószane ( ) 130 g ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b><u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u></b> ), Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b><u>GLU PSZ,</u></b> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową-dieta* 100 g ( <b><u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u></b> ), Sałata zielona 20 g ,
<b>II Śniadanie:</b> Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g ,	<b>Podwieczorek:</b> Serek homo. naturalny 150 g ( <b><u>MLE,</u></b> ), Mus z truskawek* 50 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 1szt. 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** E: 2303.51 kcal; B: 98.3 g; T: 41.63 g; Kw. tł. nasy.: 7.5 g; W: 394.76 g; W tym cukry: 82.32 g; Bł.: 26.31 g; Sól: 6.88 g; WW: 36.83 Por; Ener. z B: 17.07 %; Ener. z W: 63.98 %; Ener. z T: 16.26 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3432.97 mg;

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL PUŁAWY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2023-11-26                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Podstawowa dzieci</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Rzepa biała 80 g , Mix sałat 20 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ), Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g ( <u>SEL,</u> ), Sałatka owocowa ze słonecznikiem 100 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> ),	Kakao/p 250 ml ( <u>MLE,</u> ), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ), Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE,</u> ), Mandarynki 2 szt , Szynekowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ,</u> ),
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Chleb Graham 25 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE,</u> ), Połędwica Sopotka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Pomidor 50 g ,	Posiłek nocny: Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE,</u> ), Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Sałata zielona 10 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 3231.45 kcal; B: 137.1 g; T: 73.95 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; W: 523.96 g; W tym cukry: 135.93 g; Bł.: 43.11 g; Sól: 11.65 g; WW: 48.16 Por; Ener. z B: 16.97 %; Ener. z W: 59.52 %; Ener. z T: 20.6 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 5503.91 mg;		
<b>niedziela 2023-11-26                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Bezmleczna dzieci</b>		
Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 400 ml ( <u>SEL, GLU JĘCZ,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Pomidor 50 g ,	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml ,	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt , Szynekowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ,</u> ), Sałata zielona 20 g ,
II Śniadanie: Banan 100 g ,	Podwieczorek: Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml ,	Posiłek nocny: Sałata zielona 10 g , Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Połędwica z Majerankiem, drobiowa z dodatkiem wieprzowiny, parzona 50 g ( <u>SOJ,</u> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2421.92 kcal; B: 100.96 g; T: 43.34 g; Kw. tł. nasy.: 11.72 g; W: 418.38 g; W tym cukry: 96.5 g; Bł.: 21.18 g; Sól: 8.87 g; WW: 39.79 Por; Ener. z B: 16.68 %; Ener. z W: 65.6 %; Ener. z T: 16.11 %; Ener. z Bł.: 1.75 %; K: 3900.88 mg;		
<b>niedziela 2023-11-26                      Jadłospis dla diety: PUŁ- Łatwo strawna dzieci</b>		
Kasza jęczmienna na mleku/p 400 ml ( <u>MLE, GLU JĘCZ,</u> ), Herbata czarna granulowana z/c 250 ml , Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g , Pomidor 50 g ,	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ), Ziemniaki z koperkiem () 200 g , Schab pieczony w rękawie 100 g , Sos własny () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ), Cukinia gotowana z pomidorami* 150 g , Kompot owocowy* z/c 250 ml , Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02,</u> ),	Kakao/p 250 ml ( <u>MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 150 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna o zaw.3/4 tłuszczu (60%) 10g 1 szt , Serek homo o smaku wanilinowym 60 g ( <u>MLE,</u> ), Banan 1 szt. 1 szt , Szynekowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>SOJ,</u> ),
II Śniadanie: Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> ),	Podwieczorek: Bułka pszenna długa krojona 25 g ( <u>GLU PSZ,</u> ), Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g ( <u>MLE,</u> ), Połędwica Sopotka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 25 g ( <u>SOJ, MLE,</u> ), Pomidor b/skórki 50 g ,	Posiłek nocny: Sałata zielona 10 g , Twarożek z koperkiem 50 g ( <u>MLE,</u> ), Bułka pszenna długa krojona 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> ),

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** E: 3159.78 kcal; B: 147.8 g; T: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.33 g; W: 517.72 g; W tym cukry: 140.74 g; Bł.: 23.95 g; Sól: 9.85 g; WW: 49.5 Por; Ener. z B: 18.71 %; Ener. z W: 62.51 %; Ener. z T: 17.24 %; Ener. z Bł.: 1.52 %; K: 5633.58 mg;