

 19.03.2024 (wtorek)

► **08:00 Śniadanie (822kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Zupa ml z kasz jaglanej 250ml S(1,7) (215 kcal)	1 porcja
Pasztet podlaski z kurczaka (91kcal)	2 i 1/2 łyżki (50g)
Ogórek (7kcal)	1/4 sztuki (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► **12:00 Obiad (915kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Pierogi leniwe 250g S(1,3,7) (386 kcal)	1 porcja
Sur z mar i jab na kef 250g S(7) (110 kcal)	1 porcja
Fasolowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (332 kcal)	1 porcja

► **17:00 Kolacja (450kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Kielbasa Krakowska podsusz. S (6) (38kcal)	30g
Papryka czerwona (16kcal)	1/5 sztuki (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► **20:00 Posiłek nocny (78kcal)**

Biszkopty "Petitki" - LU (78kcal)	6 i 2/3 sztuki (20g)
-----------------------------------	----------------------

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2265 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	75.06 g
<b>Tłuszcz:</b>	61.23 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	367.47 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	309.23 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	34.56 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	26.81 g	<b>Sól:</b>	8.24 g

 20.03.2024 (środa)

► **08:00 Śniadanie (943kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (210 kcal)	1 porcja
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Ser gouda, tłusty (127kcal)	1 i 2/3 plastra (40g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	1/2 porcji (50g)

► **12:00 Obiad (873kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Lane ciast na ros 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (171 kcal)	1 porcja
Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (247 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (213kcal)	3 i 1/2 sztuki (300g)
Bur z jabł i ceb 150g S (155 kcal)	1 porcja

► **17:00 Kolacja (426kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Półdewica drobiowa S (6) (24kcal)	30g
Ogórek kwaszony (6kcal)	3/4 sztuki (50g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► **20:00 Posiłek nocny (107kcal)**

Banan (107kcal)	1 sztuka (110g)
-----------------	-----------------

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2349 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	87.22 g
<b>Tłuszcz:</b>	64.89 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	369.62 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	308.98 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	34.61 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	33.05 g	<b>Sól:</b>	11.33 g

 21.03.2024 (czwartek)**► 08:00 Śniadanie (763kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) (222 kcal)	1 porcja
Mandarynki (32kcal)	1 sztuka (70g)
Jaja gotowane (70kcal)	1 sztuka (50g)
Herbata niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)

**► 12:00 Obiad (953kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Ogórkowa z ziem 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (185 kcal)	1 porcja
Gołąbki w sos pom 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (574 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (107kcal)	1 i 3/4 sztuki (150g)

**► 17:00 Kolacja (447kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Kiełbasa Szynkowa S(6) (35kcal)	30g
Papryka czerwona (16kcal)	1/5 sztuki (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

**► 20:00 Posiłek nocny (150kcal)**

Budyń na ml 150ml S (150 kcal)	1 porcja
--------------------------------	----------

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2313 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	80.92 g
<b>Tłuszcz:</b>	64.49 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	364.22 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	324.88 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	30.36 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	32.93 g	<b>Sól:</b>	10.29 g

 22.03.2024 (piątek)**► 08:00 Śniadanie (911kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) (245 kcal)	1 porcja
Ser topiony, edamski (151kcal)	3 i 1/3 łyżeczki (50g)
Ogórek kwaszony (6kcal)	3/4 sztuki (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

**► 12:00 Obiad (778kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (213kcal)	3 i 1/2 sztuki (300g)
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Zalewajka z jajkiem na kefirze 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (205 kcal)	1 porcja
Sur z kap kisz 180g S (99 kcal)	1 porcja
Pulp na parz z ryb 80g D S(1,3,4,6,7,9,10,11) (174 kcal)	1 porcja

**► 17:00 Kolacja (486kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Sałata (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Ser bia z kef 60g S(7) (89 kcal)	1 porcja

**► 20:00 Posiłek nocny (94kcal)**

Kisiel z jabł 200ml S (94 kcal)	1 porcja
---------------------------------	----------

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2269 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	82.57 g
<b>Tłuszcz:</b>	62.68 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	354.83 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	318.56 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	28.65 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	32.82 g	<b>Sól:</b>	11.04 g



 23.03.2024 (sobota)

► **08:00 Śniadanie (848kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Kiełbasa Kresowiak S (6,9) (46kcal)	30g
Kasz kuskus na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (241 kcal)	1 porcja
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Kiwi (42kcal)	1 sztuka (70g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)

► **12:00 Obiad (940kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Pomidorowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (165 kcal)	1 porcja
Zapiekanki z ziemniaków z jajkami 350g S(3,6,7,8,9,10,11) (515 kcal)	1 porcja
Maślanka (88kcal)	3/4 szklanki (200ml)
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)

► **17:00 Kolacja (464kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Kiełbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) (61kcal)	30g
Ogórek (7kcal)	1/4 sztuki (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► **20:00 Posiłek nocny (107kcal)**

Banan (107kcal)	1 sztuka (110g)
-----------------	-----------------

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2359 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	75.45 g
<b>Tłuszcz:</b>	65.2 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	378.53 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	308.42 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	31.65 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	30.42 g	<b>Sól:</b>	9.68 g

 24.03.2024 (niedziela)

► **08:00 Śniadanie (715kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (90kcal)	7 i 1/2 łyżki (150g)
Kiełbasa Senatorska S (6) (181kcal)	80g
Musztarda (33kcal)	2 łyżeczki (20g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► **12:00 Obiad (735kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (142 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (213kcal)	3 i 1/2 sztuki (300g)
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Udko got 70g S(1,6,7,8,9,10,11) (127 kcal)	1 porcja
March z grosz got 180g S(1,7) (166 kcal)	1 porcja

► **17:00 Kolacja (537kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Kiełbasa tatrzańska S(6) (125kcal)	40g
Papryka czerwona (16kcal)	1/5 sztuki (50g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► **20:00 Posiłek nocny (192kcal)**

kanapka z serem białym i rzodkiewka S(1,7) (192 kcal)	1 porcja
---	----------

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2179 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	79.36 g
<b>Tłuszcz:</b>	74.6 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	311.07 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	280.75 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	28.75 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	35.6 g	<b>Sól:</b>	9.05 g

 25.03.2024 (poniedziałek)

► **08:00 Śniadanie (854kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (113 kcal)	1 porcja
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (214 kcal)	1 porcja
Schab z beczki S (6) (34kcal)	30g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	1/2 porcji (50g)

► **12:00 Obiad (833kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Gulasz wiep z jarz150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (267 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (214kcal)	1 i 1/3 szklanki (200g)
Jarzynowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (236 kcal)	1 porcja
Ogórki konserwowe (29kcal)	12 sztuk (120g)

► **17:00 Kolacja (523kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7) (112 kcal)	1 porcja
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

► **20:00 Posiłek nocny (83kcal)**

Wafle ryżowe (83kcal)	2 sztuki (20g)
-----------------------	----------------

**Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2293 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	82.11 g
<b>Tłuszcz:</b>	61.43 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	367.76 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	305.37 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	35.38 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	30.44 g	<b>Sól:</b>	11.52 g

wtorek (2024-03-19)	środa (2024-03-20)	czwartek (2024-03-21)	piątek (2024-03-22)	sobota (2024-03-23)	niedziela (2024-03-24)	poniedziałek (2024-03-25)
<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>	<b>08:00 Śniadanie</b>
Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Zupa ml z kasz jaglanej 250ml S(1,7) Paszтет podlaski z kurczaka Ogórek Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Kasza kukurydż na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Ser gouda, tłusty Sałata Jabłko Brokuły, gotowane w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) Mandarynki Jaja gotowane Herbata niesł 250ml S Sałata Kalafior, gotowany w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) Ser topiony, edamski Ogórek kwaszony Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Kiełbasa Kresowiak S (6,9) Kasz kuskus na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Kiwi Sałata Kalafior, gotowany w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Kiełbasa Senatorska S (6) Musztarda Pomidor Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Jabłko Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Schab z beczi S (6) Sałata Brokuły, gotowane w wodzie
<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>	<b>12:00 Obiad</b>
Kompot owoc 250ml S Cukier Pierogi leniwe 250g S(1,3,7) Sur z mar i jab na kef 250g S(7) Fasolowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Cukier Lane ciast na ros 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Bur z jabł i ceb 150g S	Kompot owoc 250ml S Cukier Ogórkowa z ziem 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Gołabki w sos pom 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie	Kompot owoc 250ml S Ziemniaki, gotowane w wodzie Cukier Zalewajka z jajkiem na kefirze 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sur z kap kisz 180g S Pulp na parz z ryb 80g D S(1,3,4,6,7,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Cukier Pomidorowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Zapiekank z ziemn z jajk 350g S(3,6,7,8,9,10,11) Maślanka Jabłko	Kompot owoc 250ml S Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Cukier Udtko got 70g S(1,6,7,8,9,10,11) March z grosz got 180g S(1,7)	Kompot owoc 250ml S Cukier Gulasz wiep z jarz 150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana Jarzynowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ogórki konserwowe S(1,7)
<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>	<b>17:00 Kolacja</b>
Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa Krakowska podsusz. S (6) Papryka czerwona Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Połędwica drobiowa S (6) Ogórek kwaszony Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa Szynekowa S(6) Papryka czerwona Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Ser bia z kef 60g S(7)	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) Ogórek Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa tatrzańska S(6) Papryka czerwona Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7) Pomidor Sałata
<b>20:00 Posiłek nocny</b>	<b>20:00 Posiłek nocny</b>	<b>20:00 Posiłek nocny</b>	<b>20:00 Posiłek nocny</b>	<b>20:00 Posiłek nocny</b>	<b>20:00 Posiłek nocny</b>	<b>20:00 Posiłek nocny</b>
Biszkopty "Petitki" - LU	Banan	Budyń na ml 150ml S	Kisiel z jabł 200ml S	Banan	kanapka z serem białym i rzodkiewka S(1,7)	Wafle ryżowe
<b>Energia:</b> Kcal 2265 = 9510 kJ Kcal z tłuszczu 24,33 % Kcal z białka 13,26 % Kcal z węglowodanów 64,90 %	<b>Energia:</b> Kcal 2349 = 9846 kJ Kcal z tłuszczu 24,86 % Kcal z białka 14,85 % Kcal z węglowodanów 62,94 %	<b>Energia:</b> Kcal 2313 = 9695 kJ Kcal z tłuszczu 25,09 % Kcal z białka 13,99 % Kcal z węglowodanów 62,99 %	<b>Energia:</b> Kcal 2269 = 9516 kJ Kcal z tłuszczu 24,86 % Kcal z białka 14,56 % Kcal z węglowodanów 62,55 %	<b>Energia:</b> Kcal 2359 = 9880 kJ Kcal z tłuszczu 24,87 % Kcal z białka 12,79 % Kcal z węglowodanów 64,18 %	<b>Energia:</b> Kcal 2179 = 9134 kJ Kcal z tłuszczu 30,81 % Kcal z białka 14,57 % Kcal z węglowodanów 57,10 %	<b>Energia:</b> Kcal 2293 = 9610 kJ Kcal z tłuszczu 24,11 % Kcal z białka 14,32 % Kcal z węglowodanów 64,15 %