

 27.02.2024 (wtorek)**► 08:00 Śniadanie (780kcal)**

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
Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (107 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Ser topiony, edamski (151kcal)	3 i 1/3 łyżeczki (50g)
Sałata (3kcal)	1/8 sztuki (20g)

**► 10:00 II Śniadanie (109kcal)**

Drożdżówka z jabłkiem (109kcal)	1/2 sztuki (40g)
---------------------------------	------------------

**► 12:00 Obiad (550kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Ziemniaki, gotowane w wodzie (178kcal)	3 sztuki (250g)
Lane ciast na ros 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (86 kcal)	0.5 porcji
Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (124 kcal)	0.5 porcji
Bur na gor 150g S (75 kcal)	0.5 porcji

**► 15:00 Podwieczorek (58kcal)**

Banan (58kcal)	1/2 sztuki (60g)
----------------	------------------

**► 17:00 Kolacja (546kcal)**

Chleb baltonowski (178kcal)	2 kromki (70g)
Chleb żytni razowy (68kcal)	3/4 kromki (30g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Kiełbasa krakowska, sucha (93kcal)	6 plasterów (30g)
Brokuły (19kcal)	1/8 sztuki (60g)

**► 20:00 Posiłek nocny (78kcal)**

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


**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2121 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	69.37 g
<b>Tłuszcz:</b>	70.02 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	310.74 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	214.19 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	22.53 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	35.29 g	<b>Sól:</b>	6.7 g


**28.02.2024 (środa)**
**► 08:00 Śniadanie (707kcal)**

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) (105 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Kiełbasa Krakowska podsusz. S (6) (38kcal)	30g
Jabłko (45kcal)	1/2 sztuki (90g)

**► 10:00 II Śniadanie (78kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (707kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Selerowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (112 kcal)	0.5 porcji
Pulpet gotowany drobiowy 80g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (160 kcal)	1 porcja
Sos pomid S(1,3,6,7,8,9,10,11) (63 kcal)	0.5 porcji
Sał z kef 60g S(7) (45 kcal)	1 porcja
Ryż biały, gotowany (240kcal)	1 i 2/3 szklanki (200g)

**► 15:00 Podwieczorek (94kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (478kcal)**

Chleb baltonowski (178kcal)	2 kromki (70g)
Chleb żytni razowy (68kcal)	3/4 kromki (30g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)

Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Pomidor (10kcal)	1/4 sztuki (50g)
Schab z beczki S (34kcal)	30g

► **20:00 Posiłek nocny (92kcal)**

Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (92kcal)	6 łyżek (150g)
--	----------------

 **Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2156 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	76.4 g
<b>Tłuszcz:</b>	48.42 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	361.48 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	263.95 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	24.84 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	24.35 g	<b>Sól:</b>	8.69 g

 **29.02.2024** (czwartek)

► **08:00 Śniadanie (703kcal)**

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) (111 kcal)	0.5 porcji
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Jaja gotowane (70kcal)	1 sztuka (50g)
Salata (3kcal)	1/8 sztuki (20g)

► **10:00 II Śniadanie (70kcal)**

Biszkopty (70kcal)	6 i 2/3 sztuki (20g)
--------------------	----------------------

► **12:00 Obiad (614kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Ziemniaki, gotowane w wodzie (178kcal)	3 sztuki (250g)
Barszcz czer z jarz 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (123 kcal)	0.5 porcji
Ryba na parz 80g S(4) (119 kcal)	1 porcja
Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (107 kcal)	0.5 porcji

► **15:00 Podwieczorek (87kcal)**

Kal z march na parz 150g (podw) S (87 kcal)	1 porcja
---	----------

► **17:00 Kolacja (571kcal)**

Chleb baltonowski (178kcal)	2 kromki (70g)
Chleb żytni razowy (68kcal)	3/4 kromki (30g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Jabłka pieczone (100kcal)	1/2 sztuki (90g)
Kielbasa kminkowa S (6) (37kcal)	30g

► **20:00 Posiłek nocny (58kcal)**

Chrupki kukurydziane (58kcal)	3 i 1/4 garści (16g)
-------------------------------	----------------------

 **Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2103 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	71.12 g
<b>Tłuszcz:</b>	63.17 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	323.22 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	238.11 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	29.83 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	26.97 g	<b>Sól:</b>	6.66 g

 **01.03.2024 (piątek)**

► **08:00 Śniadanie (762kcal)**

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
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Jabłko (45kcal)	1/2 sztuki (90g)
Kasz kuskus na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (121 kcal)	0.5 porcji
Dżem truskawkowy, niskosłodzony (77kcal)	3 i 1/3 łyżeczki (50g)

► **10:00 II Śniadanie (58kcal)**

Banan (58kcal)	1/2 sztuki (60g)
----------------	------------------

► **12:00 Obiad (679kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (178kcal)	3 sztuki (250g)
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Pomidorowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (83 kcal)	0.5 porcji

Sur z sele 150g S(3,7,9,10) (105 kcal) 0.5 porcji

Pierogi leniwe 250g S(1,3,7) (226 kcal) 0.5 porcji

### ► 15:00 Podwieczorek (170kcal)

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

Cukier (20kcal) 1/3 łyżki (5g)

### ► 17:00 Kolacja (437kcal)

Chleb baltonowski (178kcal) 2 kromki (70g)

Masło ekstra (105kcal) 1 i 1/3 plastra (14g)

Herbata słod 250ml S (83 kcal) 1 porcja

Sałata (3kcal) 1/8 sztuki (20g)

Past z jaj 60g S(3,10) (68 kcal) 0.5 porcji

### ► 20:00 Posiłek nocny (58kcal)

Banan (58kcal) 1/2 sztuki (60g)



#### Wartości odżywcze

<b>Wartość energetyczna:</b>	2164 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	53.21 g
<b>Tłuszcz:</b>	53.24 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	375.24 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	299.1 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	24.62 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	26.47 g	<b>Sól:</b>	4.54 g



02.03.2024 (sobota)

### ► 08:00 Śniadanie (676kcal)

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

Kasz jagl na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (108 kcal) 0.5 porcji

Herbata słod 250ml S (83 kcal) 1 porcja

Bułka pszenna (218kcal) 1 sztuka (80g)

Kielbasa Kresowiak S (6,9) (46kcal) 30g

Sałata (3kcal) 1/8 sztuki (20g)

### ► 10:00 II Śniadanie (76kcal)

Napój jabłkowy (76kcal) 3/4 szklanki (200ml)

► **12:00 Obiad (583kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (131 kcal)	0.5 porcji
Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (142 kcal)	1 porcja
Sał z kef 60g S(7) (45 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (178kcal)	3 sztuki (250g)

► **15:00 Podwieczorek (58kcal)**

Chrupki kukurydziane (58kcal)	3 i 1/4 garści (16g)
-------------------------------	----------------------

► **17:00 Kolacja (479kcal)**

Chleb baltonowski (178kcal)	2 kromki (70g)
Chleb żytni razowy (68kcal)	3/4 kromki (30g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Kielbasa Szynkowa S(6) (35kcal)	30g
Pomidor (10kcal)	1/4 sztuki (50g)

► **20:00 Posiłek nocny (70kcal)**

Biszkopty (70kcal)	6 i 2/3 sztuki (20g)
--------------------	----------------------

 **Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	1942 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	68.17 g
<b>Tłuszcz:</b>	51.06 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	308.3 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	231.95 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	20.45 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	22.36 g	<b>Sól:</b>	7.23 g

 **03.03.2024 (niedziela)**

► **08:00 Śniadanie (698kcal)**

Chleb baltonowski (178kcal)	2 kromki (70g)
Chleb żytni razowy (68kcal)	3/4 kromki (30g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Kiełb. Senatorska S (6) (261kcal)	80g

Salata (3kcal) 1/8 sztuki (20g)

► **10:00 II Śniadanie (92kcal)**

Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (92kcal) 6 łyżek (150g)

► **12:00 Obiad (590kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal) 1 porcja

Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (71 kcal) 0.5 porcji

Ziemniaki, gotowane w wodzie (178kcal) 3 sztuki (250g)

Cukier (80kcal) 1 i 2/3 łyżki (20g)

Bur z jabł 150g S (76 kcal) 0.5 porcji

Piecz wiep dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (178 kcal) 0.5 porcji

► **15:00 Podwieczorek (92kcal)**

Brok z march na parz 150g (podw) S (92 kcal) 1 porcja

► **17:00 Kolacja (504kcal)**

Chleb baltonowski (178kcal) 2 kromki (70g)

Chleb żytni razowy (68kcal) 3/4 kromki (30g)

Masło ekstra (105kcal) 1 i 1/3 plastra (14g)

Herbata słod 250ml S (83 kcal) 1 porcja

Połudwica drobiowa S (6) (32kcal) 40g

Jabł piecz 150g S (38 kcal) 0.5 porcji

► **20:00 Posiłek nocny (78kcal)**

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

 **Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2054 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	64.89 g
<b>Tłuszcz:</b>	73.18 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	294.81 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	252.49 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	25.53 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	32.53 g	<b>Sól:</b>	7.87 g

 **04.03.2024** (poniedziałek)

► **08:00 Śniadanie (706kcal)**

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
Bułka pszenna (218kcal)	1 sztuka (80g)
Schab z beczki S (34kcal)	30g
Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) (108 kcal)	0.5 porcji
Jabłko (45kcal)	1/2 sztuki (90g)

---

► **10:00 II Śniadanie (70kcal)**

---

Biszkopty (70kcal)	6 i 2/3 sztuki (20g)
--------------------	----------------------

---

► **12:00 Obiad (631kcal)**

---

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Ziemniaki, gotowane w wodzie (178kcal)	3 sztuki (250g)
Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (109 kcal)	0.5 porcji
Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) (142 kcal)	1 porcja
Sur z mar i jab na kef 250g S(7) (80 kcal)	0.5 porcji
March z pary 180g D S (35 kcal)	0.5 porcji

---

► **15:00 Podwieczorek (76kcal)**

---

Napój jabłkowy (76kcal)	3/4 szklanki (200ml)
-------------------------	----------------------

---

► **17:00 Kolacja (526kcal)**

---

Chleb baltonowski (178kcal)	2 kromki (70g)
Chleb żytni razowy (68kcal)	3/4 kromki (30g)
Masło ekstra (105kcal)	1 i 1/3 plastra (14g)
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Ser bia z kef 60g S(7) (89 kcal)	1 porcja
Sałata (3kcal)	1/8 sztuki (20g)

---

► **20:00 Posiłek nocny (58kcal)**

---

Banan (58kcal)	1/2 sztuki (60g)
----------------	------------------

---



 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2067 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	76.87 g
<b>Tłuszcz:</b>	50.78 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	336.4 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	251.7 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	29.59 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	23.89 g	<b>Sól:</b>	6.79 g

wtorek (2024-02-27)	środa (2024-02-28)	czwartek (2024-02-29)	piątek (2024-03-01)	sobota (2024-03-02)	niedziela (2024-03-03)	poniedziałek (2024-03-04)
08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie	08:00 Śniadanie
Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Ser topiony, edamski Sałata	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 Bułka pszenna Kiełbasa Krakowska podsusz. S (6) Jabłko	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Jaja gotowane Sałata	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Jabłko Kasz kuskus na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Dżem truskawkowy, niskosłodzony	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Kasz jagł na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Kiełbasa Kresowiak S (6,9) Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełb. Senatorska S (6) Sałata	Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Bułka pszenna Schab z beczi S Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) Jabłko
10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie	10:00 II Śniadanie
Drożdżówka z jabłkiem	Biszkopty "Petitki" - LU	Biszkopty	Banan	Napój jabłkowy	Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu	Biszkopty
12:00 Obiad	12:00 Obiad	12:00 Obiad	12:00 Obiad	12:00 Obiad	12:00 Obiad	12:00 Obiad
Kompot owoc 250ml S Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie 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) Bur na gor 150g S	Kompot owoc 250ml S Cukier Selerowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Pulpet gotowany drobiowy 80g S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sos pomid S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sał z kef 60g S(7) Ryż biały, gotowany	Kompot owoc 250ml S Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie Barszcz czer z jarz 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ryba na parz 80g S(4) Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Ziemniaki, gotowane w wodzie Cukier Pomidorowa z ryż 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sur z sele 150g S(3,7,9,10) Pierogi leniwe 250g S(1,3,7)	Kompot owoc 250ml S Cukier Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) Sał z kef 60g S(7) Ziemniaki, gotowane w wodzie	Kompot owoc 250ml S Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Ziemniaki, gotowane w wodzie Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) Sur z mar i jab na kef 250g S(7) March z pary 180g D S	Kompot owoc 250ml S Cukier Ziemniaki, gotowane w wodzie Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Fil z kurcz na parz 70g S(3,6,7,8,9,10,11) Sur z mar i jab na kef 250g S(7) March z pary 180g D S
15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek	15:00 Podwieczorek
Banan	Kisiel z jabł 200ml S	Kal z march na parz 150g (podw) S	Budyń na ml 150ml S Cukier	Chrupki kukurydziane	Brok z march na parz 150g (podw) S	Napój jabłkowy
17:00 Kolacja	17:00 Kolacja	17:00 Kolacja	17:00 Kolacja	17:00 Kolacja	17:00 Kolacja	17:00 Kolacja
Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa krakowska, sucha Brokuły	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Pomidor Schab z beczi S	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Jabłka pieczone Kiełbasa kminkowa S (6)	Chleb baltonowski Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Past z jaj 60g S(3,10)	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kiełbasa Szynkowa S(6) Pomidor	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Połędwica drobiowa S (6) Jabł piecz 150g S	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Ser bia z kef 60g S(7) Sałata
20:00 Posiłek nocny	20:00 Posiłek nocny	20:00 Posiłek nocny	20:00 Posiłek nocny	20:00 Posiłek nocny	20:00 Posiłek nocny	20:00 Posiłek nocny
Biszkopty "Petitki" - LU	Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu	Chrupki kukurydziane	Banan	Biszkopty	Biszkopty "Petitki" - LU	Banan
<b>Energia:</b> Kcal 2121 = 8874 kJ Kcal z tłuszczu 29,71 % Kcal z białka 13,08 % Kcal z węglowodanów 58,60 %	<b>Energia:</b> Kcal 2156 = 9033 kJ Kcal z tłuszczu 20,21 % Kcal z białka 14,17 % Kcal z węglowodanów 67,06 %	<b>Energia:</b> Kcal 2103 = 8802 kJ Kcal z tłuszczu 27,03 % Kcal z białka 13,53 % Kcal z węglowodanów 61,48 %	<b>Energia:</b> Kcal 2164 = 9076 kJ Kcal z tłuszczu 22,14 % Kcal z białka 9,84 % Kcal z węglowodanów 69,36 %	<b>Energia:</b> Kcal 1942 = 8133 kJ Kcal z tłuszczu 23,66 % Kcal z białka 14,04 % Kcal z węglowodanów 63,50 %	<b>Energia:</b> Kcal 2054 = 8588 kJ Kcal z tłuszczu 32,07 % Kcal z białka 12,64 % Kcal z węglowodanów 57,41 %	<b>Energia:</b> Kcal 2067 = 8665 kJ Kcal z tłuszczu 22,11 % Kcal z białka 14,88 % Kcal z węglowodanów 65,10 %