

 19.03.2024 (wtorek)**► 08:00 Śniadanie (830kcal)**

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)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

**► 12:00 Obiad (745kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Cukier (80kcal)	1 i 2/3 łyżki (20g)
Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (137 kcal)	1 porcja
Pierogi leniwe 250g S(1,3,7) (452 kcal)	1 porcja
March z pary 180g D S (69 kcal)	1 porcja

**► 17:00 Kolacja (474kcal)**

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
Buraki, gotowane (40kcal)	3/4 sztuki (90g)
Salata (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>	2127 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	65.59 g
<b>Tłuszcz:</b>	50.15 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	365.12 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	304.58 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	29.7 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	23.29 g	<b>Sól:</b>	9.08 g


**20.03.2024 (środa)**
**► 08:00 Śniadanie (840kcal)**

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
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
Polędwica drobiowa S (6) (24kcal)	30g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	1/2 porcji (50g)

**► 12:00 Obiad (870kcal)**

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
Bur z jabł 150g S (152 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (213kcal)	3 i 1/2 sztuki (300g)

**► 17:00 Kolacja (430kcal)**

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
Pomidor (10kcal)	1/4 sztuki (50g)
Polędwica drobiowa S (6) (24kcal)	30g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

**► 20:00 Posiłek nocny (107kcal)**

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

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2247 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	80.37 g
<b>Tłuszcz:</b>	56.46 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	370.14 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	309.32 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	34.79 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	27.81 g	<b>Sól:</b>	10.19 g


**21.03.2024** (czwartek)

**► 08:00 Śniadanie (808kcal)**

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
Herbata słod 250ml S (83 kcal)	1 porcja
Mandarynki (32kcal)	1 sztuka (70g)
Kielbasa Szynkowa S(6) (35kcal)	30g
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)

**► 12:00 Obiad (804kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Sał z kef 60g S(7) (45 kcal)	1 porcja
Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (216 kcal)	1 porcja
Risot z mięs w sos pom 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (536 kcal)	1 porcja

**► 17:00 Kolacja (528kcal)**


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 Szynkowa S(6) (35kcal)	30g
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Brokuły, gotowane w wodzie (12kcal)	1/2 porcji (50g)

**► 20:00 Posiłek nocny (150kcal)**

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

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2290 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	83.38 g
<b>Tłuszcz:</b>	57.46 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	371.94 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	331.93 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	31.41 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	29.18 g	<b>Sól:</b>	9.34 g

 22.03.2024 (piątek)**► 08:00 Śniadanie (781kcal)**

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
Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) (245 kcal)	1 porcja
Dżem truskawkowy, niskosłodzony (92kcal)	4 łyżeczki (60g)
Herbata niesł 250ml S (3 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 12:00 Obiad (742kcal)**

Kompot owoc 250ml S (7 kcal)	1 porcja
Ziemniaki, gotowane w wodzie (213kcal)	3 i 1/2 sztuki (300g)
Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (143 kcal)	1 porcja
Zalewajka z jajkiem na kefirze 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (205 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 (496kcal)**

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
Kalafior, gotowany w wodzie (10kcal)	1/8 porcji (50g)

**► 20:00 Posiłek nocny (94kcal)**

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

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2113 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	78.03 g
<b>Tłuszcz:</b>	50.4 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	349.65 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	309.99 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	31.61 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	26.08 g	<b>Sól:</b>	9.63 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 ziemniakami i 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 (472kcal)**

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
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)

**► 20:00 Posiłek nocny (107kcal)**

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

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2367 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	75.82 g
<b>Tłuszcz:</b>	65.31 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	380.36 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	309.54 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	32.36 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	30.44 g	<b>Sól:</b>	9.69 g


**24.03.2024 (niedziela)**
**► 08:00 Śniadanie (607kcal)**

Chleb baltonowski (127kcal)	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb żytni razowy (79kcal)	1 kromka (35g)
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
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Masło ekstra (30kcal)	1/3 plastra (4g)
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

**► 12:00 Obiad (728kcal)**

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 got 180g D S (159 kcal)	1 porcja

**► 17:00 Kolacja (621kcal)**

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
Jabłko (85kcal)	1 sztuka (170g)
Kiełbasa tatrzańska S(6) (125kcal)	40g
Salata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Marchew, gotowana w wodzie (15kcal)	1 i 1/3 sztuki (50g)

**► 20:00 Posiłek nocny (190kcal)**

kanapka z serem białym S(1,7) (190 kcal)	1 porcja
--	----------

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2146 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	78.04 g
<b>Tłuszcz:</b>	65.56 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	325.75 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	292.59 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	31.59 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	30.12 g	<b>Sól:</b>	8.7 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 (786kcal)**

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) (222 kcal)	1 porcja
Sał z kef 60g S(7) (45 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (214kcal)	1 i 1/3 szklanki (200g)
Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (218 kcal)	1 porcja

**► 17:00 Kolacja (500kcal)**

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
Pomidor (15kcal)	1/2 sztuki (80g)
Ser bia z kef 60g S(7) (89 kcal)	1 porcja
Sałata (2kcal)	1/8 sztuki (10g)

**► 20:00 Posiłek nocny (83kcal)**

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

 **Wartości  
odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2223 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	82.22 g
<b>Tłuszcz:</b>	55.61 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	362.48 g
<b>Węglowodany przyswajalne:</b>	303.62 g	<b>Błonnik pokarmowy:</b>	33.6 g
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	29.29 g	<b>Sól:</b>	10.32 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 Sałata Marchew, gotowana w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Kasza kukurydz na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Herbata słod 250ml S Jabłko Polędwica drobiowa S (6) Sałata 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) Herbata słod 250ml S Mandarynki Kielbasa Szynkowa S(6) Sałata Kalafior, gotowany w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) Dżem truskawkowy, niskosłodzony Herbata niesł 250ml S Sałata Pomidor	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) Kielbasa 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 Herbata słod 250ml S Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Kielbasa Senatorska S (6) Pomidor Masło ekstra 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 beczki 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 Grycikowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Pierogi leniwe 250g S(1,3,7) March z pary 180g D S	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) Bur z jabł 150g S Ziemniaki, gotowane w wodzie	Kompot owoc 250ml S Sał z kef 60g S(7) Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) Risot z mięs w sos pom 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11)	Kompot owoc 250ml S Ziemniaki, gotowane w wodzie Sos jarzyn D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Zalewajka z jajkiem na kefirze 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Pułp 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 Udko got 70g S(1,6,7,8,9,10,11) March got 180g D S	Kompot owoc 250ml S Cukier Gulasz wiep z jarz 150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) Sał z kef 60g S(7) Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)
<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 Kielbasa Krakowska podsusz. S (6) Buraki, gotowane Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Pomidor Polędwica drobiowa S (6) Sałata	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kielbasa Szynkowa S(6) Jabłko Sałata Brokuły, gotowane w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Sałata Ser bia z kef 60g S(7) Kalafior, gotowany w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Kielbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) Sałata Pomidor	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Jabłko Kielbasa tatrzańska S(6) Sałata Marchew, gotowana w wodzie	Chleb baltonowski Chleb żytni razowy Masło ekstra Herbata słod 250ml S Pomidor Ser bia z kef 60g S(7) 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 S(1,7)	Wafle ryżowe
<b>Energia:</b> Kcal 2127 = 8942 kJ Kcal z tłuszczu 21,22 % Kcal z białka 12,33 % Kcal z węglowodanów 68,66 %	<b>Energia:</b> Kcal 2247 = 9422 kJ Kcal z tłuszczu 22,61 % Kcal z białka 14,31 % Kcal z węglowodanów 65,89 %	<b>Energia:</b> Kcal 2290 = 9601 kJ Kcal z tłuszczu 22,58 % Kcal z białka 14,56 % Kcal z węglowodanów 64,97 %	<b>Energia:</b> Kcal 2113 = 8869 kJ Kcal z tłuszczu 21,47 % Kcal z białka 14,77 % Kcal z węglowodanów 66,19 %	<b>Energia:</b> Kcal 2367 = 9916 kJ Kcal z tłuszczu 24,83 % Kcal z białka 12,81 % Kcal z węglowodanów 64,28 %	<b>Energia:</b> Kcal 2146 = 9001 kJ Kcal z tłuszczu 27,49 % Kcal z białka 14,55 % Kcal z węglowodanów 60,72 %	<b>Energia:</b> Kcal 2223 = 9322 kJ Kcal z tłuszczu 22,51 % Kcal z białka 14,79 % Kcal z węglowodanów 65,22 %