

poniedziałek 17 listopada 2025

kcal	Energia	2048,7	Energia	2273,5	Energia	2291,4	Energia	2145,9	Energia	2132,9
g	Białko	124,7	Białko	78,017	Białko	56,437	Białko	89,647	Białko	111,78
g	Tłuszcz	67,536	Tłuszcz	83,826	Tłuszcz	87,576	Tłuszcz	64,711	Tłuszcz	60,611
g	Kwasy Nasycone	25,915	Kwasy Nasycone	46,537	Kwasy Nasycone	35,451	Kwasy Nasycone	19,653	Kwasy Nasycone	15,378
g	Węglowodany ogółem	237,45	Węglowodany ogółem	301,28	Węglowodany ogółem	320,17	Węglowodany ogółem	304,37	Węglowodany ogółem	289,39
g	W tym cukry	28,404	W tym cukry	26,349	W tym cukry	29,984	W tym cukry	29,694	W tym cukry	28,724
g	Blonnik pokarmowy	25,74	Blonnik pokarmowy	33,765	Blonnik pokarmowy	37,415	Blonnik pokarmowy	34,405	Blonnik pokarmowy	34,405
mg	Sód	902,48	Sód	1720	Sód	1263,4	Sód	1321,7	Sód	1606,5

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
(*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywnia.
Jadłospis sporządził przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie											
DZIAŁ ŻYWIENIA											
wtorek 18 listopada 2025											
DIETA		Dieta Bezglutenowa		Dieta wegetariańska		Dieta wegańska		Dieta Bezmleczna		Dieta Bezlaktazowa	
I	SNIAKANIE	Kasza kukurydziana na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Kasza kukurydziana na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym (g) 300ml	300g	Kasza kukurydziana na mleku roślinnym (g) 300ml	300g	Kasza kukurydziana na mleku bez laktozy (g) 300ml *mleko/	300g
		Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g
		Domowa wędlina wieprzowa 60g	60g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Kielbasa żywiecka 60g	60g	Kielbasa żywiecka 60g	60g
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g
		Roszkponka	10g	Roszkponka	10g	Roszkponka	10g	Roszkponka	10g	Roszkponka	10g
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna 10g	10g	Margaryna 10g	10g	Masło bez laktozy 10g	10g
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g
II											
I	OBIAD	Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g	Zupa krupnik (g) 350ml *seler/	350g
		Kotlet schabowy soute b/g 100g	100g	Danie wegetariańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Kotlet schabowy (s) 100g *gluten/*jaja/	100g	Kotlet schabowy (s) 100g *gluten/*jaja/	100g
		Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g	Ziemniaki gotowane 180g	180g
		Surówka z porem 150g *jaja/*gorczyca/	150g	Surówka z porem 150g *jaja/*gorczyca/	150g	Marchewka mini gotowana 150g	150g	Surówka z porem 150g *jaja/*gorczyca/	150g	Surówka z porem 150g *jaja/*gorczyca/	150g
		Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g
Podwieczerek											
I	KOLACJA	Chleb bezglutenowy 100g *soja/+ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g
		Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Twarożek z pesto 50g *mleko/*orzechy/	50g	Wędlina wegańska 90g	90g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g	Twarożek z pesto 50g *mleko/*orzechy/	50g
		Twarożek z pesto 50g *mleko/*orzechy/	50g	Wędlina wegetariańska 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Hummus gotowy 115g *ziarna_sezamu/	115g	Pieczeń z indykiem 60g *gluten/	60g
		Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Margaryna 10g	10g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata owocowa	250g	Margaryna 10g	10g	Masło bez laktozy 10g	10g
		Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g			Herbata owocowa	250g	Herbata owocowa	250g
II		Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g	Sok wielowarzywny 300ml	300g
kcal	Energia	2097,4	Energia	2364,4	Energia	2334,5	Energia	2691,5	Energia	2340,4	
g	Białko	128,13	Białko	79,292	Białko	65,376	Białko	115,62	Białko	114,36	
g	Tłuszcz	72,357	Tłuszcz	79,492	Tłuszcz	80,784	Tłuszcz	103,73	Tłuszcz	87,836	
g	Kwasy Nasycone	20,498	Kwasy Nasycone	24,738	Kwasy Nasycone	25,52	Kwasy Nasycone	17,81	Kwasy Nasycone	28,9	
g	Węglowodany ogółem	234,54	Węglowodany ogółem	302,83	Węglowodany ogółem	303,21	Węglowodany ogółem	294,99	Węglowodany ogółem	273,43	
g	W tym cukry	20,147	W tym cukry	19,747	W tym cukry	35,167	W tym cukry	28,857	W tym cukry	28,092	
g	Blonnik pokarmowy	26,338	Blonnik pokarmowy	41,418	Blonnik pokarmowy	44,958	Blonnik pokarmowy	36,942	Blonnik pokarmowy	30,337	
mg	Sód	356,76	Sód	1160,7	Sód	1277,7	Sód	1366,2	Sód	1331,6	

kcal	Energia	2097,4	Energia	2364,4	Energia	2334,5	Energia	2691,5	Energia	2340,4
g	Białko	128,13	Białko	79,292	Białko	65,376	Białko	115,62	Białko	114,36
g	Tłuszcz	72,357	Tłuszcz	79,492	Tłuszcz	80,784	Tłuszcz	103,73	Tłuszcz	87,836
g	Kwasy Nasycone	20,498	Kwasy Nasycone	24,738	Kwasy Nasycone	25,52	Kwasy Nasycone	17,81	Kwasy Nasycone	28,9
g	Węglowodany ogółem	234,54	Węglowodany ogółem	302,83	Węglowodany ogółem	303,21	Węglowodany ogółem	294,99	Węglowodany ogółem	273,43
g	W tym cukry	20,147	W tym cukry	19,747	W tym cukry	35,167	W tym cukry	28,857	W tym cukry	28,092
g	Błonnik pokarmowy	26,338	Błonnik pokarmowy	41,418	Błonnik pokarmowy	44,958	Błonnik pokarmowy	36,942	Błonnik pokarmowy	30,337
mg	Sód	356,76	Sód	1160,7	Sód	1277,7	Sód	1366,2	Sód	1331,6

Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5 orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. łubin
 (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane
 W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywienia.
 Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

środa 19 listopada 2025

kcal	Energia	1975,1	Energia	2127	Energia	2184,3	Energia	2074,2	Energia	2142
g	Białko	114,87	Białko	87,43	Białko	55,358	Białko	104,38	Białko	119,87
g	Tłuszcz	70,094	Tłuszcz	89,71	Tłuszcz	94,074	Tłuszcz	68,092	Tłuszcz	81,632
g	Kwasy Nasycone	21,751	Kwasy Nasycone	50,456	Kwasy Nasycone	51,236	Kwasy Nasycone	11,756	Kwasy Nasycone	22,676
g	Węglowodany ogółem	219,84	Węglowodany ogółem	239,35	Węglowodany ogółem	274,29	Węglowodany ogółem	260,62	Węglowodany ogółem	231,12
g	W tym cukry	44,763	W tym cukry	43,286	W tym cukry	49,722	W tym cukry	46,897	W tym cukry	36,277
g	Błonnik pokarmowy	27,928	Błonnik pokarmowy	30,889	Błonnik pokarmowy	37,019	Błonnik pokarmowy	34,783	Błonnik pokarmowy	31,663
mg	Sód	471,68	Sód	1586,8	Sód	1062,1	Sód	1909	Sód	1824,8

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

czwartek 20 listopada 2025

kcal	Energia	2189,8	Energia	2400,9	Energia	2303	Energia	2266,1	Energia	2270,5
g	Białko	116,02	Białko	81,927	Białko	72,647	Białko	113,52	Białko	113,6
g	Tłuszcz	73,894	Tłuszcz	96,512	Tłuszcz	89,912	Tłuszcz	79,391	Tłuszcz	79,791
g	Kwasy Nasycone	20,343	Kwasy Nasycone	27,371	Kwasy Nasycone	14,121	Kwasy Nasycone	11,588	Kwasy Nasycone	22,988
g	Węglowodany ogółem	269,77	Węglowodany ogółem	291,36	Węglowodany ogółem	291,25	Węglowodany ogółem	273,59	Węglowodany ogółem	273,71
g	W tym cukry	33,635	W tym cukry	15,746	W tym cukry	27,646	W tym cukry	26,042	W tym cukry	26,182
g	Błonnik pokarmowy	26,282	Błonnik pokarmowy	42,718	Błonnik pokarmowy	47,618	Błonnik pokarmowy	31,18	Błonnik pokarmowy	31,18
mg	Sód	1196,8	Sód	1021,4	Sód	1054,5	Sód	1133,6	Sód	1109,4

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

piątek 21 listopada 2025

kcal	Energia	2398,4	Energia	2442,6	Energia	2289,9	Energia	2295,3	Energia	2299,7
g	Białko	108,94	Białko	108,44	Białko	62,413	Białko	97,026	Białko	97,106
g	Tłuszcz	98,393	Tłuszcz	84,721	Tłuszcz	89,071	Tłuszcz	79,346	Tłuszcz	79,746
g	Kwasy Nasycone	33,675	Kwasy Nasycone	33,605	Kwasy Nasycone	35,705	Kwasy Nasycone	20,575	Kwasy Nasycone	31,975
g	Wegłowodany ogółem	269,4	Wegłowodany ogółem	312,48	Wegłowodany ogółem	307,28	Wegłowodany ogółem	300,34	Wegłowodany ogółem	300,46
g	W tym cukry	54,212	W tym cukry	50,181	W tym cukry	48,049	W tym cukry	42,396	W tym cukry	42,536
g	Błonnik pokarmowy	23,782	Błonnik pokarmowy	28,804	Błonnik pokarmowy	38,703	Błonnik pokarmowy	32,319	Błonnik pokarmowy	32,319
mg	Sód	314,7	Sód	1317,5	Sód	1240,4	Sód	1409,4	Sód	1385,2

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

sobota 22 listopada 2025

kcal	Energia	2003,6	Energia	2329,4	Energia	2407,3	Energia	2260,3	Energia	2264,7
g	Białko	114,48	Białko	62,202	Białko	58,04	Białko	92,992	Białko	93,072
g	Tłuszcz	56,989	Tłuszcz	84,113	Tłuszcz	86,81	Tłuszcz	68,748	Tłuszcz	69,148
g	Kwasy Nasycone	19,496	Kwasy Nasycone	26,694	Kwasy Nasycone	21,324	Kwasy Nasycone	7,459	Kwasy Nasycone	18,859
g	Wegłowodany ogółem	257,21	Wegłowodany ogółem	299,11	Wegłowodany ogółem	316,31	Wegłowodany ogółem	287,84	Wegłowodany ogółem	287,96
g	W tym cukry	43,724	W tym cukry	36,957	W tym cukry	45,958	W tym cukry	43,773	W tym cukry	43,913
g	Błonnik pokarmowy	26,795	Błonnik pokarmowy	36,374	Błonnik pokarmowy	36,493	Błonnik pokarmowy	34,894	Błonnik pokarmowy	34,894
mg	Sód	667,23	Sód	1177	Sód	1172,8	Sód	1281,5	Sód	1257,3

Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko

		Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Olsztynie																																																																																																	
		DZIAŁ ŻYWIENIA																																																																																																	
		niedziela 23 listopada 2025																																																																																																	
DIETA		Dieta Bezglutenowa		Dieta wegetariańska		Dieta wegańska		Dieta Bezmleczna		Dieta Bezlaktazowa																																																																																									
ŚNIADANIE	I	Płatki kukurydziane bezglutenowe na mleku 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku (g) 300ml *mleko/	300g	Płatki owsiane na mleku roślinnym (g) 300ml	300g	Płatki owsiane na mleku roślinnym (g) 300ml	300g	Płatki owsiane na mleku bez laktozy (g) 300ml *mleko/	300g																																																																																								
		Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g	Chleb pszenny 50g + chleb razowy 30g *gluten/	50g																																																																																								
		Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Wędlina wegańska 90g	90g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g	Pasta z tuńczyka *jaja/*ryby/*gorczyca/	100g																																																																																								
		Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g	Pomidor 50g	50g																																																																																								
		Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g																																																																																								
		masło 10g *mleko/	10g	masło 10g *mleko/	10g	Margaryna 10g	10g	Margaryna 10g	10g	Masło bez laktozy 10g	10g																																																																																								
		Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g	Herbata z cytryną	250g																																																																																								
	II																																																																																																		
OBIAD	I	Zupa jarzynowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml *mleko/	350g	Zupa jarzynowa (g) 350ml *mleko/	350g																																																																																								
		Pieczeń rzymska (p) 100g *jaja/	100g	Danie wegetariańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Danie wegańskie 100g *gluten/*soja/	100g	Pieczeń rzymska (p) 100g *jaja/	100g	Pieczeń rzymska (p) 100g *jaja/	100g																																																																																								
		Sos koperkowy (g) BG 80g *mleko/*seler/	80g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Sos pieczeniowy (g) 80g *gluten/*seler/	80g	Sos pieczeniowy (g) 80g *gluten/*seler/	80g	Sos pieczeniowy (g) 80g *gluten/*seler/	80g																																																																																								
		Ryż al dente (g) 180g	180g	Brokuł gotowany 150g	150g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g	Kasza bulgur gotowana 180g *gluten/	180g																																																																																								
		Brokuł gotowany 150g	150g	Kompot 250ml	250g	Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g	Brokuł gotowany 150g	150g																																																																																								
		Kompot 250ml	250g			Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g	Kompot 250ml	250g																																																																																								
Podwieczorek																																																																																																			
KOLACJA	I	Chleb bezglutenowy 100g *soja/*ziarna_sezamu/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g	Chleb pszenny 75g + chleb razowy 30g *gluten/	100g																																																																																								
		Domowa wędlina z kurczaka 60g	60g	Parówki wegetariańskie (g) 2 szt. *gluten/	100g	Parówki wegańskie (g) 2 szt. *gluten/	100g	Parówki cielęce (g) 2 szt. *gorczyca/	60g	Parówki cielęce (g) 2 szt. *gorczyca/	60g																																																																																								
		Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Mini mozzarella 45g *mleko/	45g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g	Ketchup 1 szt.	1g																																																																																								
		Ogórek 50g	50g	Ketchup 1 szt.	1g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g	Ogórek 50g	50g																																																																																								
		Salata 30g	30g	Ogórek 50g	50g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g	Salata 30g	30g																																																																																								
		masło 10g *mleko/	10g	Salata 30g	30g	Margaryna 10g	10g	Margaryna 10g	10g	Masło bez laktozy 10g	10g																																																																																								
		Herbata czarna b/c	250g	masło 10g *mleko/	10g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g	Herbata czarna b/c	250g																																																																																								
				Herbata czarna b/c	250g																																																																																														
	II	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Mus owocowo-jogurtowy 1szt. *mleko/	100g	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g	Kisiel 250ml	250g																																																																																								
<table><tr><td>kcal</td><td>Energia</td><td>2140</td><td>Energia</td><td>2524,9</td><td>Energia</td><td>2285,7</td><td>Energia</td><td>2173,5</td><td>Energia</td><td>2180,3</td></tr><tr><td>g</td><td>Białko</td><td>118,62</td><td>Białko</td><td>109,17</td><td>Białko</td><td>72,56</td><td>Białko</td><td>101,62</td><td>Białko</td><td>107,7</td></tr><tr><td>g</td><td>Tłuszcz</td><td>88,948</td><td>Tłuszcz</td><td>110,84</td><td>Tłuszcz</td><td>86,698</td><td>Tłuszcz</td><td>79,893</td><td>Tłuszcz</td><td>81,253</td></tr><tr><td>g</td><td>Kwasy Nasycone</td><td>23,389</td><td>Kwasy Nasycone</td><td>31,544</td><td>Kwasy Nasycone</td><td>30,426</td><td>Kwasy Nasycone</td><td>12,356</td><td>Kwasy Nasycone</td><td>25,676</td></tr><tr><td>g</td><td>Węglowodany ogółem</td><td>217,03</td><td>Węglowodany ogółem</td><td>262,66</td><td>Węglowodany ogółem</td><td>293,02</td><td>Węglowodany ogółem</td><td>258,61</td><td>Węglowodany ogółem</td><td>251,77</td></tr><tr><td>g</td><td>W tym cukry</td><td>24,461</td><td>W tym cukry</td><td>23,77</td><td>W tym cukry</td><td>36,711</td><td>W tym cukry</td><td>33,361</td><td>W tym cukry</td><td>34,221</td></tr><tr><td>g</td><td>Błonnik pokarmowy</td><td>24,166</td><td>Błonnik pokarmowy</td><td>45,515</td><td>Błonnik pokarmowy</td><td>46,204</td><td>Błonnik pokarmowy</td><td>32,321</td><td>Błonnik pokarmowy</td><td>31,121</td></tr><tr><td>mg</td><td>Sód</td><td>1390,8</td><td>Sód</td><td>2206,4</td><td>Sód</td><td>1350,1</td><td>Sód</td><td>1797</td><td>Sód</td><td>1772,8</td></tr></table> Wykaz alergenów: 1. gluten; 2. skorupiaki; 3. jaja; 5. orzeszki ziemne; 6. soja; 7. mleko; 8. orzechy; 9. seler; 10. gorczyca; 11. ziarna sezamu; 12. dwutlenek siarki; 13. tujin (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen. Sposób przygotowania: (g) - gotowane, (s) - smażone, (d) - duszone, (p) - pieczone, (gr) - grillowane W uzasadnionych przypadkach zastrzegamy możliwość wymiany zaplanowanych w jadłospisie produktów na równoważne pod względem energetycznym i wartości odżywczych. Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka lub kierownika Działu Żywienia. Jadłospis sporządzony przez dietetyka – mgr Klaudia Sawko												kcal	Energia	2140	Energia	2524,9	Energia	2285,7	Energia	2173,5	Energia	2180,3	g	Białko	118,62	Białko	109,17	Białko	72,56	Białko	101,62	Białko	107,7	g	Tłuszcz	88,948	Tłuszcz	110,84	Tłuszcz	86,698	Tłuszcz	79,893	Tłuszcz	81,253	g	Kwasy Nasycone	23,389	Kwasy Nasycone	31,544	Kwasy Nasycone	30,426	Kwasy Nasycone	12,356	Kwasy Nasycone	25,676	g	Węglowodany ogółem	217,03	Węglowodany ogółem	262,66	Węglowodany ogółem	293,02	Węglowodany ogółem	258,61	Węglowodany ogółem	251,77	g	W tym cukry	24,461	W tym cukry	23,77	W tym cukry	36,711	W tym cukry	33,361	W tym cukry	34,221	g	Błonnik pokarmowy	24,166	Błonnik pokarmowy	45,515	Błonnik pokarmowy	46,204	Błonnik pokarmowy	32,321	Błonnik pokarmowy	31,121	mg	Sód	1390,8	Sód	2206,4	Sód	1350,1	Sód	1797	Sód	1772,8
kcal	Energia	2140	Energia	2524,9	Energia	2285,7	Energia	2173,5	Energia	2180,3																																																																																									
g	Białko	118,62	Białko	109,17	Białko	72,56	Białko	101,62	Białko	107,7																																																																																									
g	Tłuszcz	88,948	Tłuszcz	110,84	Tłuszcz	86,698	Tłuszcz	79,893	Tłuszcz	81,253																																																																																									
g	Kwasy Nasycone	23,389	Kwasy Nasycone	31,544	Kwasy Nasycone	30,426	Kwasy Nasycone	12,356	Kwasy Nasycone	25,676																																																																																									
g	Węglowodany ogółem	217,03	Węglowodany ogółem	262,66	Węglowodany ogółem	293,02	Węglowodany ogółem	258,61	Węglowodany ogółem	251,77																																																																																									
g	W tym cukry	24,461	W tym cukry	23,77	W tym cukry	36,711	W tym cukry	33,361	W tym cukry	34,221																																																																																									
g	Błonnik pokarmowy	24,166	Błonnik pokarmowy	45,515	Błonnik pokarmowy	46,204	Błonnik pokarmowy	32,321	Błonnik pokarmowy	31,121																																																																																									
mg	Sód	1390,8	Sód	2206,4	Sód	1350,1	Sód	1797	Sód	1772,8																																																																																									