Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA BUFETOWA

			Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-11-02 poniedziałek	SAŁATKI		Sałatka "czerwono" 150g 1,00 Por Sałatka makaronowa 150g 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 391,10 Białko ogółem [g] 21,80 Tłuszcz [g] 18,80 Węglowodany ogółem [g] 36,10**
	Zestaw obiadowy 1			Krupnik 350g 1,00 Por Kotlet drobiowy z serem 150g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z marchwi i chrzanu 100g 1,00 Por Brokuł z masłem i buł. tar. 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 1 010,90 Białko ogółem [g] 48,00 Tłuszcz [g] 46,50 Węglowodany ogółem [g] 106,70**
	Zestaw obiadowy 2			Krupnik 350g 1,00 Por Roladka dr. fasz. jarzyn.150g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z marchwi i chrzanu 100g 1,00 Por Brokuł z masłem i buł. tar. 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 943,60 Białko ogółem [g] 43,00 Tłuszcz [g] 43,40 Węglowodany ogółem [g] 102,50**
	Zestaw obiadowy 3			Flaczki 350g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 566,00 Białko ogółem [g] 53,50 Tłuszcz [g] 12,60 Węglowodany ogółem [g] 58,90**
2026-11-03 wtorek	SAŁATKI		Sał. z selera z żurawiną 150g 1,00 Por Sałatka z tuńczykiem 150 g. 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 484,80 Białko ogółem [g] 31,50 Tłuszcz [g] 24,10 Węglowodany ogółem [g] 37,00**
	Zestaw obiadowy 1			Zupa fasolowa z makaronem350ml 1,00 Por Schab fasz mięs. drob. 160g 1,00 Por Sos pomidorowy 30ml. 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Mizeria ze śmietaną 100g 1,00 Por Buraczki zasmażane 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 1 066,10 Białko ogółem [g] 53,60 Tłuszcz [g] 44,60 Węglowodany ogółem [g] 121,40**

Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA BUFETOWA

			Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-11-03 wtorek	Zestaw obiadowy 2			Zupa fasolowa z makaronem350ml 1,00 Por Gulasz wieprzowy 140g 1,00 Por Kasza gryczana na sypko 150g 1,00 Por Mizeria ze śmietaną 100g 1,00 Por Buraczki zasmażane 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 955,20** **Białko ogółem [g] 53,30** **Tłuszcz [g] 28,90** **Węglowodany ogółem [g] 129,40**
	Zestaw obiadowy 3			Krokiety z kap. i pieczar350g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 349,20** **Białko ogółem [g] 11,90** **Tłuszcz [g] 17,30** **Węglowodany ogółem [g] 39,00**
2026-11-04 środa	SAŁATKI		Sałatka gospodarska 150 g 1,00 Por Sałatka Szefa kuchni 150g 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 382,20** **Białko ogółem [g] 15,90** **Tłuszcz [g] 25,20** **Węglowodany ogółem [g] 25,00**
	Zestaw obiadowy 1			Zupa neapolitańska z ryżem350ml 1,00 Por Karkówka pieczona 130g. 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sałatka z ogó. kisz. z ceb.100g 1,00 Por Marchew z groszkiem 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 949,50** **Białko ogółem [g] 32,60** **Tłuszcz [g] 54,70** **Węglowodany ogółem [g] 86,70**
	Zestaw obiadowy 2			Zupa neapolitańska z ryżem350ml 1,00 Por Rumsztyk z cebulą smażony 130g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sałatka z ogó. kisz. z ceb.100g 1,00 Por Marchew z groszkiem 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 972,60** **Białko ogółem [g] 39,50** **Tłuszcz [g] 48,10** **Węglowodany ogółem [g] 100,80**
	Zestaw obiadowy 3			Gołąbki ziemn. w śm. piecz. 400g 1,00 Por Sos pieczarkowy 40 ml. 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 447,00** **Białko ogółem [g] 9,00** **Tłuszcz [g] 26,30** **Węglowodany ogółem [g] 47,70**

Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA BUFETOWA

			Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-11-05 czwartek	SAŁATKI		Sałatka makaronowa 150g 1,00 Por Sałatka typu włoskiego 150g 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 559,00** **Białko ogółem [g] 25,30** **Tłuszcz [g] 36,40** **Węglowodany ogółem [g] 35,70**
	Zestaw obiadowy 1			Rosół z makaronem 350ml 1,00 Por Udko pieczone 300g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z czerwonej kapusty 100g 1,00 Por Kalafior z mas. i b.tarta 120g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 1 066,80** **Białko ogółem [g] 62,70** **Tłuszcz [g] 52,80** **Węglowodany ogółem [g] 91,50**
	Zestaw obiadowy 2			Rosół z makaronem 350ml 1,00 Por Zraz miel. dusz.w sosie wł.140g 1,00 Por Kasza gryczana na sypko 150g 1,00 Por Surówka z czerwonej kapusty 100g 1,00 Por Kalafior z mas. i b.tarta 120g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 1 093,60** **Białko ogółem [g] 62,60** **Tłuszcz [g] 47,70** **Węglowodany ogółem [g] 109,80**
	Zestaw obiadowy 3			Łazanki smaż. z kapustą św.300g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 497,60** **Białko ogółem [g] 12,80** **Tłuszcz [g] 17,50** **Węglowodany ogółem [g] 75,70**
2026-11-06 piątek	SAŁATKI		Sałatka grecka 150g 1,00 Por Sałatka ze śledziem 150g. 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 577,60** **Białko ogółem [g] 22,60** **Tłuszcz [g] 50,40** **Węglowodany ogółem [g] 10,60**
	Zestaw obiadowy 1			Barszcz ukraiński 350ml. 1,00 Por Dorsz panierowany smaż. 120g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z kiszonej kapusty 100g 1,00 Por Fas. szpar z masł i b.tartą120g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 816,30** **Białko ogółem [g] 21,40** **Tłuszcz [g] 37,20** **Węglowodany ogółem [g] 107,90**

Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA BUFETOWA

			Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-11-06 piątek	Zestaw obiadowy 2			Barszcz ukraiński 350ml. 1,00 Por Bitki dr.dusz. w sos.koper.120g. 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z kiszonej kapusty 100g 1,00 Por Fas. szpar z masł i b.tartą120g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 846,90** **Białko ogółem [g] 49,50** **Tłuszcz [g] 29,80** **Węglowodany ogółem [g] 104,00**
	Zestaw obiadowy 3			Naleśniki z serem 200g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 489,80** **Białko ogółem [g] 29,20** **Tłuszcz [g] 19,30** **Węglowodany ogółem [g] 50,20**
2026-11-09 poniedziałek	SAŁATKI		Sałatka "czerwono" 150g 1,00 Por Sałatka makaronowa 150g 1,00 Por Sałatka jarzynowa 200g. 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 769,90** **Białko ogółem [g] 32,40** **Tłuszcz [g] 47,10** **Węglowodany ogółem [g] 59,50**
	Zestaw obiadowy 1			Zupa grochowa z ziemn. 350ml. 1,00 Por Kotlet schabowy smażony 140g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z marchwi i jabłka 100g 1,00 Por Brokuł z masłem i buł. tar. 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 980,80** **Białko ogółem [g] 49,90** **Tłuszcz [g] 33,30** **Węglowodany ogółem [g] 130,20**
	Zestaw obiadowy 2			Zupa grochowa z ziemn. 350ml. 1,00 Por Gulasz wołowy 130g 1,00 Por Kasza gryczana na sypko 150g 1,00 Por Surówka z marchwi i jabłka 100g 1,00 Por Brokuł z masłem i buł. tar. 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 1 011,00** **Białko ogółem [g] 60,40** **Tłuszcz [g] 31,10** **Węglowodany ogółem [g] 132,80**
	Zestaw obiadowy 3			Bigos z mieszanej kapusty 300g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 553,30** **Białko ogółem [g] 25,20** **Tłuszcz [g] 23,80** **Węglowodany ogółem [g] 68,30**

Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA BUFETOWA

			Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-11-10 wtorek	SAŁATKI		Sał. z selera z żurawiną 150g 1,00 Por Sałatka z tuńczykiem 150 g. 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 484,80 Białko ogółem [g] 31,50 Tłuszcz [g] 24,10 Węglowodany ogółem [g] 37,00**
	Zestaw obiadowy 1			Zupa pomidorowa z ryżem350ml 1,00 Por Bitki schabowe w sosie wł. 150g. 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sałatka z buraczków 120g 1,00 Por Kalafior z mas. i b.tarta 120g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 915,80 Białko ogółem [g] 37,30 Tłuszcz [g] 44,30 Węglowodany ogółem [g] 97,70**
	Zestaw obiadowy 2			Zupa pomidorowa z ryżem350ml 1,00 Por Klops piecz. z brokułem 150g 1,00 Por Sos koperkowy 50ml. 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sałatka z bur.i selera 100g 1,00 Por Kalafior z mas. i b.tarta 120g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 1 107,30 Białko ogółem [g] 44,20 Tłuszcz [g] 57,40 Węglowodany ogółem [g] 109,70**
	Zestaw obiadowy 3			Kluski Śląs. z sosem pieczar.350g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 461,10 Białko ogółem [g] 9,40 Tłuszcz [g] 12,90 Węglowodany ogółem [g] 79,30**
2026-11-12 czwartek	SAŁATKI		Sałatka makaronowa 150g 1,00 Por Sałatka typu włoskiego 150g 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 559,00 Białko ogółem [g] 25,30 Tłuszcz [g] 36,40 Węglowodany ogółem [g] 35,70**
	Zestaw obiadowy 1			Zupa ziemniaczana350ml. 1,00 Por Pieczeń rzymska pieczona 150g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z pory i marchwi 100g. 1,00 Por Buraczki zasmażane 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 865,70 Białko ogółem [g] 45,90 Tłuszcz [g] 33,00 Węglowodany ogółem [g] 102,30**

Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA BUFETOWA

			Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-11-12 czwartek	Zestaw obiadowy 2			Zupa ziemniaczana350ml. 1,00 Por Pieczeń z karkówki na dziko 140g 1,00 Por Makaron do II dania 150g 1,00 Por Surówka z pory i marchwi 100g. 1,00 Por Buraczki zasmażane 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 984,00** **Białko ogółem [g] 39,30** **Tłuszcz [g] 39,90** **Węglowodany ogółem [g] 122,40**
	Zestaw obiadowy 3			Fasolka po bretońsku 300g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 738,90** **Białko ogółem [g] 36,60** **Tłuszcz [g] 23,30** **Węglowodany ogółem [g] 108,70**
2026-11-13 piątek	SAŁATKI		Sałatka grecka 150g 1,00 Por Sałatka ze śledziem 150g. 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 577,60** **Białko ogółem [g] 22,60** **Tłuszcz [g] 50,40** **Węglowodany ogółem [g] 10,60**
	Zestaw obiadowy 1			Zupa pieczarkowa z makar.350ml 1,00 Por Dorsz panierowany smaż. 120g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z kiszonej kapusty 100g 1,00 Por Marchew z groszkiem 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 929,40** **Białko ogółem [g] 16,40** **Tłuszcz [g] 53,10** **Węglowodany ogółem [g] 102,70**
	Zestaw obiadowy 2			Zupa pieczarkowa z makar.350ml 1,00 Por Rolada drob.z oczkiem piecz.130g 1,00 Por Sos pomidorowy 30ml. 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z kiszonej kapusty 100g 1,00 Por Marchew z groszkiem 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 1 007,30** **Białko ogółem [g] 49,00** **Tłuszcz [g] 45,20** **Węglowodany ogółem [g] 107,30**
	Zestaw obiadowy 3			Naleśniki ze szpin i z fetą 200g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 382,60** **Białko ogółem [g] 16,10** **Tłuszcz [g] 25,80** **Węglowodany ogółem [g] 20,00**

Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA BUFETOWA

			Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-11-16 poniedziałek	SAŁATKI		Sałatka "czerwono" 150g 1,00 Por Sałatka makaronowa 150g 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 391,10 Białko ogółem [g] 21,80 Tłuszcz [g] 18,80 Węglowodany ogółem [g] 36,10**
	Zestaw obiadowy 1			Zupa ryżowa 350ml. 1,00 Por Kotlet drobiowy smażony 140g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Ćwikła 100g 1,00 Por Fas. szpar z masł i b.tartą120g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 915,00 Białko ogółem [g] 43,60 Tłuszcz [g] 38,80 Węglowodany ogółem [g] 103,60**
	Zestaw obiadowy 2			Zupa ryżowa 350ml. 1,00 Por Bitki wołowe w sosie wł. 130g 1,00 Por Kasza gryczana na sypko 150g 1,00 Por Ćwikła 100g 1,00 Por Fas. szpar z masł i b.tartą120g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 949,90 Białko ogółem [g] 48,70 Tłuszcz [g] 39,10 Węglowodany ogółem [g] 107,80**
	Zestaw obiadowy 3			Flaczki 350g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 566,00 Białko ogółem [g] 53,50 Tłuszcz [g] 12,60 Węglowodany ogółem [g] 58,90**
2026-11-17 wtorek	SAŁATKI		Sał. z selera z żurawiną 150g 1,00 Por Sałatka z tuńczykiem 150 g. 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 484,80 Białko ogółem [g] 31,50 Tłuszcz [g] 24,10 Węglowodany ogółem [g] 37,00**
	Zestaw obiadowy 1			Żurek z ziemn. i kiełbasą 350ml. 1,00 Por Zraz wiep.dusz.zawij. piecz.160g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sałatka z pomidora 100g 1,00 Por Brokuł z masłem i buł. tar. 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 906,90 Białko ogółem [g] 42,60 Tłuszcz [g] 42,30 Węglowodany ogółem [g] 100,60**

Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA BUFETOWA

			Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-11-17 wtorek	Zestaw obiadowy 2			Żurek z ziemn. i kiełbasą 350ml. 1,00 Por Gulasz z żołądków dr. 140g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sałatka z pomidora 100g 1,00 Por Brokuł z masłem i buł. tar. 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 758,10** **Białko ogółem [g] 18,20** **Tłuszcz [g] 36,20** **Węglowodany ogółem [g] 100,90**
	Zestaw obiadowy 3			Krokiety z mięsem 350g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 548,20** **Białko ogółem [g] 32,30** **Tłuszcz [g] 32,00** **Węglowodany ogółem [g] 33,90**
2026-11-18 środa	SAŁATKI		Sałatka gospodarska 150 g 1,00 Por Sałatka Szefa kuchni 150g 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 382,20** **Białko ogółem [g] 15,90** **Tłuszcz [g] 25,20** **Węglowodany ogółem [g] 25,00**
	Zestaw obiadowy 1			Krupnik 350g 1,00 Por Sznycel 150g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Mizeria ze śmietaną 100g 1,00 Por Buraczki zasmażane 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 1 058,50** **Białko ogółem [g] 40,00** **Tłuszcz [g] 54,70** **Węglowodany ogółem [g] 106,80**
	Zestaw obiadowy 2			Krupnik 350g 1,00 Por Udko pieczone 300g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Mizeria ze śmietaną 100g 1,00 Por Buraczki zasmażane 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 1 047,10** **Białko ogółem [g] 44,10** **Tłuszcz [g] 57,30** **Węglowodany ogółem [g] 94,50**
	Zestaw obiadowy 3			Goł.z ryż,k.,gr.,mięsa piecz.350 1,00 Por Sos pieczarkowy 40 ml. 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 548,30** **Białko ogółem [g] 20,80** **Tłuszcz [g] 24,80** **Węglowodany ogółem [g] 64,30**
2026-11-19 czwartek	SAŁATKI		Sałatka makaronowa 150g 1,00 Por Sałatka typu włoskiego 150g 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 559,00** **Białko ogółem [g] 25,30** **Tłuszcz [g] 36,40** **Węglowodany ogółem [g] 35,70**

Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA BUFETOWA

			Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-11-19 czwartek	Zestaw obiadowy 1			Zupa selerowa z makar.350ml 1,00 Por Zraz miel. dusz.w sosie wł.140g 1,00 Por Kasza gryczana na sypko 150g 1,00 Por Sał.z og.kisz. z papr.kons.100g 1,00 Por Kalafior z mas. i b.tarta 120g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 1 095,90** **Białko ogółem [g] 47,20** **Tłuszcz [g] 55,20** **Węglowodany ogółem [g] 109,20**
	Zestaw obiadowy 2			Zupa selerowa z makar.350ml 1,00 Por roladka dr. fasz. mięsem 150g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Sał.z og.kisz. z papr.kons.100g 1,00 Por Kalafior z mas. i b.tarta 120g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 965,00** **Białko ogółem [g] 52,40** **Tłuszcz [g] 46,00** **Węglowodany ogółem [g] 90,90**
	Zestaw obiadowy 3			Makar z kurcz.szpin.i fetą 350g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 471,70** **Białko ogółem [g] 32,10** **Tłuszcz [g] 9,90** **Węglowodany ogółem [g] 64,30**
2026-11-20 piątek	SAŁATKI		Sałatka grecka 150g 1,00 Por Sałatka ze śledziem 150g. 1,00 Por		**Energia kc [kcal] 577,60** **Białko ogółem [g] 22,60** **Tłuszcz [g] 50,40** **Węglowodany ogółem [g] 10,60**
	Zestaw obiadowy 1			Barszcz ukraiński 350ml. 1,00 Por Dorsz panierowany smaż. 120g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z kiszonej kapusty 100g 1,00 Por Marchewka oprószana 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 780,30** **Białko ogółem [g] 19,80** **Tłuszcz [g] 34,30** **Węglowodany ogółem [g] 106,80**
	Zestaw obiadowy 2			Barszcz ukraiński 350ml. 1,00 Por Schab pieczony 120g 1,00 Por Ziemniaki 200g 1,00 Por Surówka z kiszonej kapusty 100g 1,00 Por Marchewka oprószana 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 728,50** **Białko ogółem [g] 41,10** **Tłuszcz [g] 22,30** **Węglowodany ogółem [g] 99,60**

Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-11-02 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA BUFETOWA

			Śniadanie	Obiad	SUMA
2026-11-20 piątek	Zestaw obiadowy 3			placek po węgiersku 400g 1,00 Por Surówka z kiszonej kapusty 100g 1,00 Por	**Energia kc [kcal] 786,70** **Białko ogółem [g] 42,40** **Tłuszcz [g] 42,70** **Węglowodany ogółem [g] 61,20**

Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ