



## Poniedziałek

|                                                                                                                                                                                                                                                                      |                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|  <b>Śniadanie</b><br>•Energia 896.2kcal •Energia 3727.4KJ •Białko 34.6g •Tłuszcz 41.5g •Tłuszcze nasycone 12.2g •Sól 1.8g •Węglowodany 91.5g<br>•Cukry 10g •Błonnik pokarmowy 15.9g | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                                                                                                  | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                                                                                                  | 20             |
| • Kawa zbożowa na mleku (1,7)                                                                                                                                                                                                                                        | 250            |
| • Pasta drobiowo-jarzynowa (9)                                                                                                                                                                                                                                       | 100            |
| • Ciastko jaglane z pastą orzechową i chia 50 g (5,7,11)                                                                                                                                                                                                             | 50             |
| • Sałata zielona                                                                                                                                                                                                                                                     | 10             |
| • Pomidor                                                                                                                                                                                                                                                            | 90             |
|  <b>Obiad</b><br>•Energia 654.7kcal •Energia 2725.7KJ •Białko 37.3g •Tłuszcz 17.1g •Tłuszcze nasycone 0.6g •Sól 0.3g •Węglowodany 87.7g •Cukry 2.7g •Błonnik pokarmowy 9.4g       | Ilość g lub ml |
| • Zupa krupnik z ziemniakami (1,9)                                                                                                                                                                                                                                   | 300            |
| • Podudzie z kurczaka gotowane bez soli                                                                                                                                                                                                                              | 100            |
| • Ziemniaki gotowane                                                                                                                                                                                                                                                 | 200            |
| • Surówka z marchwi                                                                                                                                                                                                                                                  | 100            |
| • Kompot owocowy bez cukru                                                                                                                                                                                                                                           | 250            |
|  <b>Kolacja</b><br>•Energia 628.8kcal •Energia 2430.6KJ •Białko 24.3g •Tłuszcz 24.1g •Tłuszcze nasycone 10.3g •Sól 1.5g •Węglowodany 79.4g<br>•Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 3.4g   | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                                                                                                  | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                                                                                                  | 20             |
| • Herbata bez cukru                                                                                                                                                                                                                                                  | 250            |
| • Szynka Delikatesowa z piersi indyka                                                                                                                                                                                                                                | 20             |
| • Jajko gotowane na twardo (1 szt) (3)                                                                                                                                                                                                                               | 50             |
| • Cytryny                                                                                                                                                                                                                                                            | 10             |
| • Sałata zielona                                                                                                                                                                                                                                                     | 10             |
| • Posiłek nocny: jogurt owocowy 150g (7)                                                                                                                                                                                                                             | 150            |

Poniedziałek

Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (poniedziałek - 2024-05-20):  
•Energia 2179.6kcal •Energia 8883.6KJ •Białko 96.2g •Tłuszcz 82.6g •Tłuszcze nasycone 23.1g •Sól 3.6g •Węglowodany 258.7g  
•Cukry 12.7g •Błonnik pokarmowy 28.7g



Wtorek 2024-05-21

L5p

Dieta łatwostrawna (5p)

Wtorek

|                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <div> <b>Śniadanie</b></div> <div>•Energia 812.1kcal •Energia 3371.2KJ •Białko 34.7g •Tłuszcz 33.9g •Tłuszcze nasycone 12.4g •Sól 1.4g •Węglowodany 92.8g<br/>•Cukry 21.7g •Błonnik pokarmowy 6.4g</div> | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                                                                                                                       | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                                                                                                                       | 20             |
| • Kawa zbożowa na mleku (1,7)                                                                                                                                                                                                                                                             | 250            |
| • Twarożek z koperkiem (7)                                                                                                                                                                                                                                                                | 100            |
| • Sałata zielona                                                                                                                                                                                                                                                                          | 10             |
| • Cukinia gotowana na parze                                                                                                                                                                                                                                                               | 100            |
| • Jabłko pieczone 1 szt.                                                                                                                                                                                                                                                                  | 150            |
| <div> <b>Obiad</b></div> <div>•Energia 575.4kcal •Energia 2386KJ •Białko 39.4g •Tłuszcz 12.4g •Tłuszcze nasycone 1.6g •Sól 0.3g •Węglowodany 77.9g •Cukry 0.9g •Błonnik pokarmowy 6.4g</div>           | Ilość g lub ml |
| • Zupa grysikowa (1,7,9)                                                                                                                                                                                                                                                                  | 300            |
| • Filet drobiowy duszony w sosie własnym (1)                                                                                                                                                                                                                                              | 100            |
| • Ziemniaki gotowane                                                                                                                                                                                                                                                                      | 200            |
| • Fasolka szparagowa gotowana na parze                                                                                                                                                                                                                                                    | 100            |
| • Kompot owocowy bez cukru                                                                                                                                                                                                                                                                | 250            |
| <div> <b>Kolacja</b></div> <div>•Energia 536kcal •Energia 2125.2KJ •Białko 24.7g •Tłuszcz 15g •Tłuszcze nasycone 5.9g •Sól 3g •Węglowodany 68.5g •Cukry 0g<br/>•Błonnik pokarmowy 5.8g</div>           | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                                                                                                                       | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                                                                                                                       | 15             |
| • Herbata bez cukru                                                                                                                                                                                                                                                                       | 250            |
| • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa                                                                                                                                                                                                                                                        | 60             |
| • Cytryny                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 10             |

Wtorek

|                                       |     |
|---------------------------------------|-----|
| • Sałata zielona                      | 10  |
| • Pomidor                             | 90  |
| • Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml | 300 |

Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (wtorek - 2024-05-21):  
•Energia 1923.5kcal •Energia 7882.4KJ •Białko 98.8g •Tłuszcz 61.4g •Tłuszcze nasycone 19.9g •Sól 4.6g •Węglowodany 239.2g  
•Cukry 22.6g •Błonnik pokarmowy 18.5g



Środa 2024-05-22

Dieta łatwostrawna (5p)

L5p

Środa

|                                                                                                                                                                                                                                                                  |                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|  <b>Śniadanie</b><br>•Energia 795.4kcal •Energia 3317.4KJ •Białko 26.3g •Tłuszcz 26.7g •Tłuszcze nasycone 9.8g •Sól 1.5g •Węglowodany 114g •Cukry 15.8g •Błonnik pokarmowy 5.2g | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                                                                                              | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                                                                                              | 20             |
| • Kawa zbożowa na mleku (1,7)                                                                                                                                                                                                                                    | 250            |
| • Paprykarz rybny (mintaj) (1,4,5,7,8,9,10)                                                                                                                                                                                                                      | 100            |
| • Sałata zielona                                                                                                                                                                                                                                                 | 10             |
| • Pomidor                                                                                                                                                                                                                                                        | 100            |
| • Kisiel owocowy                                                                                                                                                                                                                                                 | 200            |
|  <b>Obiad</b><br>•Energia 721.8kcal •Energia 3014.7KJ •Białko 14.4g •Tłuszcz 11.9g •Tłuszcze nasycone 5.5g •Sól 0.1g •Węglowodany 142.5g •Cukry 16.7g •Błonnik pokarmowy 4.7g | Ilość g lub ml |
| • Zupa brokułowa z ziemniakami (1,7,9)                                                                                                                                                                                                                           | 300            |
| • Ryż biały z jabłkami prażonymi (7)                                                                                                                                                                                                                             | 350            |
| • Sos truskawkowo-mleczny (7)                                                                                                                                                                                                                                    | 100            |
| • Kompot owocowy bez cukru                                                                                                                                                                                                                                       | 250            |
|  <b>Kolacja</b><br>•Energia 762.3kcal •Energia 3199.7KJ •Białko 26.7g •Tłuszcz 38.4g •Tłuszcze nasycone 6.8g •Sól 1.3g •Węglowodany 79.1g •Cukry 0.1g •Błonnik pokarmowy 6.3g | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                                                                                              | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                                                                                              | 15             |
| • Ser mozzarella (7)                                                                                                                                                                                                                                             | 60             |

Środa

|                                   |     |
|-----------------------------------|-----|
| • Herbata bez cukru               | 250 |
| • Cytryny                         | 10  |
| • Posiłek nocny: Mus owocowy 100g | 100 |
| • Surówka wiosenna (1,3,7)        | 200 |

Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (środa - 2024-05-22):  
•Energia 2279.5kcal •Energia 9531.9KJ •Białko 67.5g •Tłuszcz 77g •Tłuszcze nasycone 22.1g •Sól 2.9g •Węglowodany 335.5g •Cukry 32.6g •Błonnik pokarmowy 16.2g



Czwartek 2024-05-23

L5p

Dieta łatwostrawna (5p)

Czwartek

|                                                                                                                                                                                             |                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <div>🍽️ Śniadanie</div> <div>•Energia 852.9kcal •Energia 3564.5KJ •Białko 35.4g •Tłuszcz 40.4g •Tłuszcze nasycone 16.5g •Sól 2.6g •Węglowodany 87.2g •Cukry 10g •Błonnik pokarmowy 4g</div> | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                         | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                         | 15             |
| • Kefir (7)                                                                                                                                                                                 | 150            |
| • Kawa zbożowa na mleku (1,7)                                                                                                                                                               | 250            |
| • Parówka drobiowa                                                                                                                                                                          | 100            |
| • Sałata zielona                                                                                                                                                                            | 10             |
| • Pomidor                                                                                                                                                                                   | 90             |
| <div>🍽️ Obiad</div> <div>•Energia 569.5kcal •Energia 2373.3KJ •Białko 27g •Tłuszcz 14.6g •Tłuszcze nasycone 2.4g •Sól 0.5g •Węglowodany 86.8g •Cukry 7.1g •Błonnik pokarmowy 10.6g</div>    | Ilość g lub ml |
| • Zupa selerowa z makaronem (1,7,9)                                                                                                                                                         | 300            |
| • Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym (1,9)                                                                                                                                      | 250            |
| • Kasza jęczmienna perłowa gotowana (1)                                                                                                                                                     | 200            |
| • Marchew gotowana na parze                                                                                                                                                                 | 100            |
| • Kompot owocowy bez cukru                                                                                                                                                                  | 250            |
| <div>🍽️ Kolacja</div> <div>•Energia 605.3kcal •Energia 2540.8KJ •Białko 38.9g •Tłuszcz 18.7g •Tłuszcze nasycone 8.5g •Sól 2.8g •Węglowodany 73g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 6.6g</div>     | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                         | 100            |

Czwartek

|                                     |     |
|-------------------------------------|-----|
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7) | 15  |
| • Herbata bez cukru                 | 250 |
| • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa  | 40  |
| • Twarożek z maślanką (7)           | 100 |
| • Cytryny                           | 10  |
| • Sałata zielona                    | 10  |
| • Posiłek nocny: sok warzywny 330ml | 330 |

Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (czwartek - 2024-05-23):  
•Energia 2027.6kcal •Energia 8478.6KJ •Białko 101.3g •Tłuszcz 73.8g •Tłuszcze nasycone 27.4g •Sól 6g •Węglowodany 247g •Cukry 17g •Błonnik pokarmowy 21.1g



Piątek 2024-05-24

L5p

Dieta łatwostrawna (5p)

Piątek

|                                                                                                                                                                               |                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <b>Śniadanie</b><br>•Energia 825.4kcal •Energia 3459KJ •Białko 35.1g •Tłuszcz 32.5g •Tłuszcze nasycone 17.3g •Sól 1.3g •Węglowodany 101g •Cukry 18.5g •Błonnik pokarmowy 5.4g | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                           | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                           | 15             |
| • Serek homogenizowany naturalny 150g (7)                                                                                                                                     | 150            |
| • Kawa zbożowa na mleku (1,7)                                                                                                                                                 | 250            |
| • Dżem brzoskwiniowy (niskosłodzony)                                                                                                                                          | 25             |
| • Sałata zielona                                                                                                                                                              | 10             |
| • Pomidor                                                                                                                                                                     | 90             |
| • Kiwi                                                                                                                                                                        | 85             |
| <b>Obiad</b><br>•Energia 668.2kcal •Energia 2774.6KJ •Białko 27.1g •Tłuszcz 13.4g •Tłuszcze nasycone 1.7g •Sól 0.7g •Węglowodany 112.9g •Cukry 7.8g •Błonnik pokarmowy 10g    | Ilość g lub ml |
| • Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9)                                                                                                                                 | 300            |
| • Pulpet rybny z miruny gotowany (1,3,4)                                                                                                                                      | 100            |
| • Ziemniaki gotowane                                                                                                                                                          | 200            |
| • Warzywa po grecku - dieta (1,9)                                                                                                                                             | 100            |

Piątek

|                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| • Kompot owocowy bez cukru                                                                                                                                                                                                                                                                 | 250            |
| <div><div></div><div>Kolacja</div></div> <div>•Energia 648.8kcal •Energia 2687.8KJ •Białko 38.7g •Tłuszcz 25.5g •Tłuszcze nasycone 11.5g •Sól 2.5g •Węglowodany 66g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 4g</div> | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                                                                                                                        | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                                                                                                                        | 15             |
| • Herbata bez cukru                                                                                                                                                                                                                                                                        | 250            |
| • Pasta jajeczna (3,7)                                                                                                                                                                                                                                                                     | 100            |
| • Cytryny                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 10             |
| • Sałata zielona                                                                                                                                                                                                                                                                           | 10             |
| • Pomidor                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 90             |
| • Posiłek nocny: serek wiejski 150g (7)                                                                                                                                                                                                                                                    | 150            |

Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (piątek - 2024-05-24):  
•Energia 2142.5kcal •Energia 8921.4KJ •Białko 100.9g •Tłuszcz 71.4g •Tłuszcze nasycone 30.5g •Sól 4.5g •Węglowodany 279.9g  
•Cukry 26.3g •Błonnik pokarmowy 19.3g



Sobota 2024-05-25

Dieta łatwostrawna (5p)

L5p

Sobota

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| <div><div></div><div>Śniadanie</div></div> <div>•Energia 610.9kcal •Energia 2566.2KJ •Białko 28.1g •Tłuszcz 17.5g •Tłuszcze nasycone 7.4g •Sól 1.3g •Węglowodany 88.2g •Cukry 10g •Błonnik pokarmowy 6.3g</div> | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                                                                                                                                | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                                                                                                                                | 15             |
| • Kawa zbożowa na mleku (1,7)                                                                                                                                                                                                                                                                      | 250            |
| • Sok wieloowocowy 200ml                                                                                                                                                                                                                                                                           | 200            |
| • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa                                                                                                                                                                                                                                                                 | 60             |
| • Sałata zielona                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 10             |
| • Pomidor                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 90             |
| <div><div></div><div>Obiad</div></div> <div>•Energia 814.3kcal •Energia 3365.6KJ •Białko 32.2g •Tłuszcz 30.1g •Tłuszcze nasycone 3.6g •Sól 0.3g •Węglowodany 110.4g •Cukry 3.3g •Błonnik pokarmowy 9.1g</div>   | Ilość g lub ml |
| • Zupa szpinakowa z ziemniakami (1,7,9)                                                                                                                                                                                                                                                            | 300            |

# Sobota

|                                                                                                                                                                                                                                                              |                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| • Makaron z sosem bolońskim (1,9)                                                                                                                                                                                                                            | 350            |
| • Kalafior gotowany na parze                                                                                                                                                                                                                                 | 100            |
| • Kompot owocowy bez cukru                                                                                                                                                                                                                                   | 250            |
|  <b>Kolacja</b><br>•Energia 631.5kcal •Energia 2941KJ •Białko 32.6g •Tłuszcz 18.1g •Tłuszcze nasycone 8.6g •Sól 1.3g •Węglowodany 102.3g •Cukry 12g •Błonnik pokarmowy 5.3g | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                                                                                          | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                                                                                          | 15             |
| • Herbata bez cukru                                                                                                                                                                                                                                          | 250            |
| • Pasta twarogowo-pomidorowa (7)                                                                                                                                                                                                                             | 100            |
| • Cytryny                                                                                                                                                                                                                                                    | 10             |
| • Sałata zielona                                                                                                                                                                                                                                             | 10             |
| • Pomidor                                                                                                                                                                                                                                                    | 90             |
| • Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30g + dżem truskawkowy 25g                                                                                                                                                                                                     | 55             |

**Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (sobota - 2024-05-25):**  
•Energia 2056.8kcal •Energia 8872.8KJ •Białko 92.9g •Tłuszcz 65.8g •Tłuszcze nasycone 19.6g •Sól 2.9g •Węglowodany 300.9g  
•Cukry 25.3g •Błonnik pokarmowy 20.7g



# Niedziela 2024-05-26

L5p

Dieta łatwostrawna (5p)

# Niedziela

|                                                                                                                                                                                                                                                                |                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
|  <b>Śniadanie</b><br>•Energia 690.8kcal •Energia 2873KJ •Białko 26g •Tłuszcz 30.7g •Tłuszcze nasycone 12.3g •Sól 2.1g •Węglowodany 78.3g •Cukry 10g •Błonnik pokarmowy 3.9g | Ilość g lub ml |
| • Chleb pszenny (1)                                                                                                                                                                                                                                            | 100            |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)                                                                                                                                                                                                                            | 15             |
| • Kawa zbożowa na mleku (1,7)                                                                                                                                                                                                                                  | 250            |
| • Parówka drobiowa                                                                                                                                                                                                                                             | 50             |
| • Jajko gotowane na twardo (1 szt) (3)                                                                                                                                                                                                                         | 50             |
| • Sałata zielona                                                                                                                                                                                                                                               | 10             |
| • Pomidor                                                                                                                                                                                                                                                      | 90             |

# Niedziela



## Obiad

•Energia 852.6kcal •Energia 3513.5KJ •Białko 45.6g •Tłuszcz 41.5g •Tłuszcze nasycone 7g •Sól 0.1g •Węglowodany 76.1g •Cukry 1.2g •Błonnik pokarmowy 6.8g

Ilość g lub ml

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| • Zupa rosół z makaronem (1,9)            | 400 |
| • Udko z kurczaka gotowane (1,5,7,8,9,10) | 250 |
| • Ziemniaki gotowane                      | 200 |
| • Bukiet warzyw gotowanych na parze       | 100 |
| • Kompot owocowy bez cukru                | 250 |



## Kolacja

•Energia 545kcal •Energia 2288.7KJ •Białko 28.3g •Tłuszcz 14.4g •Tłuszcze nasycone 7.7g •Sól 1.4g •Węglowodany 70.6g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 4g

Ilość g lub ml

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| • Chleb pszenny (1)                        | 100 |
| • Miks tłuszczowy do smarowania (7)        | 15  |
| • Herbata bez cukru                        | 250 |
| • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa         | 60  |
| • Sałata zielona                           | 10  |
| • Cytryny                                  | 10  |
| • Pomidor                                  | 90  |
| • Posiłek nocny: jogurt naturalny 150g (7) | 150 |

### Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (niedziela - 2024-05-26):

•Energia 2088.4kcal •Energia 8675.2KJ •Białko 99.8g •Tłuszcz 86.6g •Tłuszcze nasycone 27.1g •Sól 3.6g •Węglowodany 225g •Cukry 11.2g •Błonnik pokarmowy 14.7g



## Tabela alergenów

Dieta łatwostrawna (5p)

L5p

## Tabela Alergenów

|    |                                                                                                                             |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hubrydowe) i produkty pochodne |
| 2. | Skorupiaki i produkty pochodne                                                                                              |
| 3. | Jajka i produkty pochodne                                                                                                   |
| 4. | Ryby i produkty pochodne                                                                                                    |



## Tabela Alergenów

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5.  | Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 6.  | Soja i produkty pochodne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 7.  | Mleko i produkty pochodne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 8.  | Orzechy tj. migdały ( <i>Amygdalus communis</i> L), orzechy laskowe ( <i>Corylus avellana</i> ), orzechy włoskie ( <i>Juglans regia</i> ), nerkowce ( <i>Anacardium occidentale</i> ), orzechy pekan ( <i>Carya illinoensis</i> /Wangenh/K.Koch), orzechy brazylijskie ( <i>Bertholletia exelsa</i> ), pistacje ( <i>Pistacia vera</i> ), orzechy makadamie lub orzechy Queensland ( <i>Macadamia ternifolia</i> ) i produkty pochodne |
| 9.  | Seler zwyczajny i produkty pochodne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 10. | Gorczyca i produkty pochodne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 11. | Nasiona sezamu i produkty pochodne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 12. | Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO <sub>2</sub>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 13. | Łubin i produkty pochodne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 14. | Mięczaki i produkty pochodne                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

### Średnie wartości odżywcze na porcję w jadłospisie:

•Energia 2099.7kcal •Energia 8749.4KJ •Białko 93.9g •Tłuszcz 74.1g •Tłuszcze nasycone 24.2g •Sól 4g •Węglowodany 269.5g •Cukry 21.1g •Błonnik pokarmowy 19.9g