

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-14 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-14 czwartek	Śniadanie	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Połudwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.)	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza manna na mleku 350 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Połudwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Połudwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ.) Sałatka z pomidorów z jogurtem natur i natką pietr 100 g (MLE.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Papryka konserwowa 20 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-14 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-03-14 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z top wp () 350 g (GLU PSZ. MLE. SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (SEL.)	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron z sosem bolognese, z top wp - dieta () 350 g (GLU PSZ. SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z czarnej porzeczki i jabłek *z/c 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami * () 400 ml (GLU PSZ. MLE. SEL.) Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese, z top wp () 350 g (GLU PSZ. MLE. SEL.) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (SEL.) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml
	PD		Jabłko 1 szt 1 szt	
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 70 g (GLU PSZ. JAJ.) Rozszponka 20 g Pomidor 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Twaróg półtłusty 70 g (MLE.) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Paszтет z fasoli () 70 g (GLU PSZ. JAJ.) Pomidor 80 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Rozszponka 20 g
PN	Babeczka jogurtowa 80g 1 szt (GLU PSZ. JAJ. MLE.)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ. GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-14 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-14 czwartek	Wartość energetyczna: 2977.75 kcal; Białko ogółem: 122.22 g; Tłuszcz: 104.67 g; Kw. tł. nasy.: 38.15 g; Węglowodany ogółem: 390.24 g; W tym cukry: 93.92 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sól: 7.79 g;	Wartość energetyczna: 2620.15 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 84.71 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 345.60 g; W tym cukry: 80.36 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sól: 4.88 g;	Wartość energetyczna: 2811.32 kcal; Białko ogółem: 121.44 g; Tłuszcz: 105.46 g; Kw. tł. nasy.: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 359.47 g; W tym cukry: 55.38 g; Błonnik pok.: 49.25 g; Sól: 9.07 g;
2024-03-15 piątek	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Zacierka na mleku 350 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Chleb pszenny 50 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)	Śniadanie Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Mandarynka 1 szt Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.)
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Hummus 30 g (SEZ.) Sałata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-14 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-15 piątek	Obiad	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Morszczuk) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.)	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 400 ml (MLE, SEL, GLU JĘCZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (RYB.) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml
	PD			Krakersy 30 g (GLU PSZ, JAJ, GLU JĘCZ.)
	Kolacja	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 80 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Chleb pszenny 50 g (GLUPSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Pomidor 80 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 60 g (JAJ, MLE.) Papryka świeża 80 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Sałata zielona 20 g
PN	Paluch serowy 70g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Paluch serowy 70g 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-14 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-15 piątek	Wartość energetyczna: 2662.46 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; Tłuszcz: 93.24 g; Kw. tł. nasy.: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 378.03 g; W tym cukry: 103.57 g; Błonnik pok.: 31.90 g; Sól: 7.44 g;	Wartość energetyczna: 2141.85 kcal; Białko ogółem: 84.38 g; Tłuszcz: 64.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 312.57 g; W tym cukry: 92.69 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sól: 4.35 g;	Wartość energetyczna: 2512.45 kcal; Białko ogółem: 99.86 g; Tłuszcz: 104.67 g; Kw. tł. nasy.: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 312.86 g; W tym cukry: 42.18 g; Błonnik pok.: 40.07 g; Sól: 9.39 g;
2024-03-16 sobota	Śniadanie Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g	Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku/p 350 ml (MLE, GLU OW.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g	Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz .parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Ser mozzarella kulki 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Twarożek z ziołami 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-14 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	
2024-03-16 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (SEL₁) Ryż na sypko 200 g Surówka z selera i jabłka () 150 g (MLE, SEL₁) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL₁) Buraczki gotowane () 150 g Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (*) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL₁) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 200 g (GLU PSZ, SEL₁) Buraczki gotowane () 150 g Surówka z selera i jabłka b/c () 150 g (MLE, SEL₁) Kompot z porzeczeki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml
		PD		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE₁)
		Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ₁) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁) Masło 83% tł. 15 g (MLE₁) Połudwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ₁) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ₁) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ₁) Masło 83% tł. 15 g (MLE₁) Połudwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (SOJ₁) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g
PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL₁)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT₁) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE₁) Sok warzywny 0,3l 1 szt (SEL₁)	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-14 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-16 sobota	<p>Wartość energetyczna: 2268.86 kcal; Białko ogółem: 95.63 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 339.82 g; W tym cukry: 70.52 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 11.14 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2172.24 kcal; Białko ogółem: 95.45 g; Tłuszcz: 55.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 328.76 g; W tym cukry: 79.02 g; Błonnik pok.: 22.72 g; Sól: 8.63 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2356.95 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 353.18 g; W tym cukry: 59.12 g; Błonnik pok.: 46.34 g; Sól: 11.33 g;</p>
2024-03-17 niedziela	<p>Sniadanie</p> <p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g</p>	<p>Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Kasza jęczmienna na mleku/p 350 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ.) Masło 83% tł. 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)</p>	<p>Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)</p>
II ŚN			<p>Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Margaryna roślinna 80% tł 5 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g</p>

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-14 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA NOWY SĄCZ

		NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-17 niedziela	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ,) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Fasolka szparagowa z wody* 150 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 150 g Kompot z porzeczki czerwonej i jabłek* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 200 ml (MLE,)
	Kolacja	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Jabiko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb pszenny 100 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 15 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Jabiko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 15 g (MLE,) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE,) Jabiko 1 szt 1 szt
PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE,) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-14 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA NOWY SĄCZ

	NSĄCZ- 1 Podstawowa	NSĄCZ- 2 Łatwo strawna	NSĄCZ- 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów
2024-03-17 niedziela	Wartość energetyczna: 2368.38 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 70.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 340.17 g; W tym cukry: 76.06 g; Błonnik pok.: 28.62 g; Sól: 6.98 g;	Wartość energetyczna: 2133.98 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 54.98 g; Kw. tł. nasy.: 23.00 g; Węglowodany ogółem: 303.84 g; W tym cukry: 73.17 g; Błonnik pok.: 19.39 g; Sól: 6.18 g;	Wartość energetyczna: 2310.63 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Tłuszcz: 73.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 309.79 g; W tym cukry: 48.35 g; Błonnik pok.: 38.20 g; Sól: 7.99 g;

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],

Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,

Tłuszcz - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,

Sól - Sól,

K - Potas,

Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,

- % energii z białka,

Ener. z T - % energii z tłuszczu,

- % energii z węglowodanów,

Ener. z Bł. - % energii z błonnika,

W tym cukry - w tym cukry,

WW - WW,