

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

		GD- UCK Podstawowa	GD- UCK Podstawowa I
2024-03-04 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Parówki "Basiuni" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 50 g (SEL.) Serek śmietankowy naturalny 50 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mandarynka 1 szt	
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 250 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Naleśniki z ruskim nadzieniem + 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE.) Fasolka szparagowa żółta + 75 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Żurek z ziemniakami + 250 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Kotlet łeśny 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Fasolka szparagowa żółta + 75 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 75 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ.) Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynekowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (GLU PSZ.) Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2567.97 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 122.76 g; Kw. tł. nasy.: 44.01 g; Węglowodany ogółem: 278.31 g; W tym cukry: 63.36 g; Błonnik pok.: 20.29 g; Sól: 12.38 g;	Wartość energetyczna: 2590.64 kcal; Białko ogółem: 105.24 g; Tłuszcz: 122.66 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 275.02 g; W tym cukry: 53.57 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sól: 10.75 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

		GD- UCK Podstawowa	GD- UCK Podstawowa I
2024-03-05 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb pszenno-żytni „rodzinny” 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Twarożek 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Mix sałat 20 g Papryka konserwowa 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb pszenno-żytni „rodzinny” 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Schab bednarza- wędzonka wp.wędzona,parzona z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Twarożek 50 g (MLE.) Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Papryka konserwowa 50 g Miód (25g) 1 szt
	Obiad	Krem z białych warzyw + 250 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Polędwiczka z kurczaka parowana + 120 g Salsa pomidorowa + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, papryką czerwoną i koperkiem b/c + 75 g (MLE.) Marchewka mini z sezamem + 75 g (SEZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krem z białych warzyw + 250 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Paprykowy mix z olejem rzepakowym i ziołami b/c + 75 g Marchewka mini z sezamem + 75 g (SEZ.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka z ryżu i tuńczyka () 100 g (RYB, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Roszponka 20 g Pomidorki koktajlowe 80 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka z ryżu i tuńczyka () 100 g (RYB, MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidorki koktajlowe 80 g Roszponka 20 g Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)
	PN	Chipsy z buraka 18g 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2087.21 kcal; Białko ogółem: 93.65 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.34 g; Węglowodany ogółem: 291.92 g; W tym cukry: 61.89 g; Błonnik pok.: 27.20 g; Sól: 11.68 g;	Wartość energetyczna: 2216.24 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kw. tł. nasy.: 32.89 g; Węglowodany ogółem: 280.16 g; W tym cukry: 56.64 g; Błonnik pok.: 25.41 g; Sól: 8.34 g;	

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

		GD- UCK Podstawowa	GD- UCK Podstawowa I
2024-03-06 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasta z jaj 50 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Papryka świeża 50 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Schab pieczony cały + 100 g Sos własny + 100 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z selera i brzoskwiń b/c + 75 g (<u>SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem + 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami + 250 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kopytka ziemniaczane * 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Gulasz wołowy 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 75 g Sałatka z buraczków z olejem 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynekowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Dżem 25 g 1 szt Rzodkiewka 50 g Sałatka z pomidorów i koperku 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1878.06 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 70.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.67 g; Węglowodany ogółem: 239.68 g; W tym cukry: 54.99 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sól: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 2359.12 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Tłuszcz: 85.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 304.02 g; W tym cukry: 52.51 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sól: 8.86 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

		GD- UCK Podstawowa	GD- UCK Podstawowa I
2024-03-07 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pyszta schabowa-wędzonka wieprzowa schab wieprzowy wędzony parzony. 50 g Ser żółty 50 g (MLE.) Ogórek świeży 50 g Sałata strzępiasta zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Obiad	Krem z buraków z zielonym groszkiem + 250 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Pulpeciki wieprzowe z nadzieniem pomidorowym + 120 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sos brokułowy- dieta + 100 g (MLE.) Surówka z kapusty włoskiej (dieta) + 75 g Kalafior gotowy + 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krem z buraków z zielonym groszkiem + 250 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Zrazik wieprzowy z ogórkiem i boczkiem 150 g (GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.) Surówka z pora z jabłkiem + 75 g (MLE.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Galaretka drobiowa z udźca kurczaka* 100 g (SEL.) Szyunka szkolna- wp. parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Surówka z rzodkwi. 100 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	PN	Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (SOJ.)	
		Wartość energetyczna: 2106.83 kcal; Białko ogółem: 93.25 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kw. tł. nasy.: 35.11 g; Węglowodany ogółem: 259.10 g; W tym cukry: 56.82 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sól: 10.75 g;	Wartość energetyczna: 2326.68 kcal; Białko ogółem: 100.52 g; Tłuszcz: 104.24 g; Kw. tł. nasy.: 40.62 g; Węglowodany ogółem: 257.70 g; W tym cukry: 57.22 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 9.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

		GD- UCK Podstawowa	GD- UCK Podstawowa I
2024-03-08 piątek	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Dżem 50 g Mandarynka 2 szt Sałata zielona 10 g Papryka świeża 50 g Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE.)	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami + 250 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Łosoś pieczony 100 g (RYB.) Sos cytrynowy + 100 g (MLE.) Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 75 g Sałatka z buraka i jabłka + (bez oleju) 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Brokułowa z ziemniakami + 250 g (SOJ, MLE, SEL.) Gołąbki z kaszy gryczanej z pieczarkami z sosem pomidorowym 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Sałata lodowa z pomidorami i olejem + 75 g Sałatka z buraka i jabłka + (bez oleju) 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (MLE.) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Roszponka 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2194.26 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 79.35 g; Kw. tł. nasy.: 37.88 g; Węglowodany ogółem: 282.18 g; W tym cukry: 88.53 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2089.28 kcal; Białko ogółem: 79.14 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 292.68 g; W tym cukry: 97.55 g; Błonnik pok.: 33.18 g; Sól: 7.93 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

		GD- UCK Podstawowa	GD- UCK Podstawowa I
2024-03-09 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Poledwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (SOJ.) Serek twarogowy homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami*) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty C&C 200 g (GLU PSZ.) Sos boloński z mięsa wieprz łop*. 200 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany + 75 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i kukurydzą b/c + 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Dyniowa z ziemniakami*) 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty C&C 200 g (GLU PSZ.) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pieczarkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE.) Surówka z rzepy białej i jabłka () 75 g (MLE.) Brokuł gotowany + 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej z olejem 50 g Schab Krotoszyński wędzonka wieprzowa z dodatkiem wody wędzona parzona 50 g (SOJ, MLE.) Twarożek domowy naturalny 150g 1 szt (MLE.) Papryka konserwowa 50 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2245.00 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasy.: 37.76 g; Węglowodany ogółem: 310.92 g; W tym cukry: 94.62 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 2337.68 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 79.85 g; Kw. tł. nasy.: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 310.56 g; W tym cukry: 90.39 g; Błonnik pok.: 28.27 g; Sól: 7.98 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-10 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

		GD- UCK Podstawowa	GD- UCK Podstawowa I
2024-03-10 niedziela	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Salata zielona 20 g Ogórek świeży 50 g Pomarańcza 250g 1 szt	
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 250 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki pieczone w ziolach + 200 g Filet z indyka jogurtowo-cytrynowy porcja + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i orzechów b/c + 75 g (<u>MLE, ORZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Babka piaskowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)	Krupnik jęczmienny + 250 ml (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka Coleslaw 75 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 75 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Babka piaskowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 90 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pyzdra szynkowa-wędzonka wieprzowa szynka wędzona parzona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku z olejem 100 g Rukola 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mus warzywny gruszka-pasternak 100g 1 szt	
	PN	Baton zbożowy Ba! 5 orzechów 40g 1 szt (<u>MLE, ORZ, GLU OW, może zawierać: SOJ, SEZ.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2525.12 kcal; Białko ogółem: 81.66 g; Tłuszcz: 95.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 337.79 g; W tym cukry: 130.34 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sól: 7.82 g;	Wartość energetyczna: 2753.04 kcal; Białko ogółem: 87.79 g; Tłuszcz: 109.84 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 356.90 g; W tym cukry: 131.34 g; Błonnik pok.: 29.95 g; Sól: 7.18 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JEĆZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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