



Poniedziałek 2024-06-10

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)

C6p

Poniedziałek

 Śniadanie

•Energia 674.3kcal •Energia 2810.7KJ •Białko 18.3g •Tłuszcz 36.7g •Tłuszcze nasycone 15.9g •Sól 3g •Węglowodany 63.7g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 11.3g

Ilość g lub ml


- |                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| • Chleb żytni razowy na zakwasie (1) | 120 |
| • Masło ekstra 82% (7)               | 15  |
| • Herbata bez cukru                  | 250 |
| • Parówka drobiowa                   | 100 |
| • Sałata zielona                     | 10  |
| • Pomidor                            | 90  |

 Drugie śniadanie

•Energia 142.8kcal •Energia 597.1KJ •Białko 10g •Tłuszcz 3.4g •Tłuszcze nasycone 1.8g •Sól 0g •Węglowodany 17.6g •Cukry 8.8g •Błonnik pokarmowy 1.8g

Ilość g lub ml

- |             |     |
|-------------|-----|
| • Kefir (7) | 150 |
| • Jabłka    | 120 |

 Obiad

•Energia 1003kcal •Energia 4180.3KJ •Białko 34.6g •Tłuszcz 31.4g •Tłuszcze nasycone 4g •Sól 0.5g •Węglowodany 148.9g •Cukry 3.4g •Błonnik pokarmowy 12.9g

Ilość g lub ml

- |  |     |
|--|-----|
| • Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9)                    | 400 |
| • Makaron razowy z mięsem drobiowym i szpinakiem (9) | 370 |
| • Surówka colesław (1,3,7,10)                        | 120 |
| • Kompot owocowy z herbatą bez cukru                 | 250 |
| • Buraki gotowane tarte                              | 100 |

 Podwieczorek

•Energia 170.3kcal •Energia 710.4KJ •Białko 4.4g •Tłuszcz 14.7g •Tłuszcze nasycone 2.4g •Sól 0g •Węglowodany 6.2g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 1.6g

Ilość g lub ml

- |  |     |
|--|-----|
| • Sałatka z rukolą, pomidorami i pestkami dyni | 100 |
|--|-----|

# Poniedziałek

## Kolacja

•Energia 723.3kcal •Energia 3016.4KJ •Białko 25.4g •Tłuszcz 25.9g •Tłuszcze nasycone 13.4g •Sól 2.6g •Węglowodany 91g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 17.2g

Ilość g lub ml

• Chleb żytni razowy na zakwasie (1)	120
• Masło ekstra 82% (7)	15
• Herbata bez cukru	250
• Wędlina szynkowa dębowa drobiowa	60
• Cytryny	10
• Sałata zielona	10
• Pomidor	90
• Posiłek nocny: kanapka z jajkiem i papryką (1,3,7)	150

### Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (poniedziałek - 2024-06-10):

•Energia 2713.7kcal •Energia 11314.8KJ •Białko 92.6g •Tłuszcz 112.1g •Tłuszcze nasycone 37.5g •Sól 6.2g •Węglowodany 327.5g •Cukry 12.1g •Błonnik pokarmowy 44.7g



## Wtorek 2024-06-11

### Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)

C6p

# Wtorek

## Śniadanie

•Energia 584kcal •Energia 2425.5KJ •Białko 17.4g •Tłuszcz 22.1g •Tłuszcze nasycone 9.1g •Sól 1.9g •Węglowodany 74.7g •Cukry 0.8g •Błonnik pokarmowy 11.7g

Ilość g lub ml




• Chleb żytni razowy na zakwasie (1)	120
• Masło ekstra 82% (7)	15
• Herbata bez cukru	250
• Paprykarz rybny (mintaj) (1,4,5,7,8,9,10)	100
• Sałata zielona	10
• Ogórek zielony świeży	90

## Drugie śniadanie

•Energia 55.8kcal •Energia 234.8KJ •Białko 2.5g •Tłuszcz 2.8g •Tłuszcze nasycone 0.3g •Sól 0.1g •Węglowodany 6.2g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 2.1g

Ilość g lub ml

# Wtorek

• Sałatka z kalafiozem i kukurydzą (1,3,7)	100
 <b>Obiad</b> •Energia 932.5kcal •Energia 3844.2KJ •Białko 49.8g •Tłuszcz 34.2g •Tłuszcze nasycone 4.2g •Sól 1.1g •Węglowodany 111.2g •Cukry 7g •Błonnik pokarmowy 13.5g	Ilość g lub ml
• Zupa jarzynowa z ziemniakami (1,7,9)	400
• Sztuka mięsa schab wieprzowy gotowany	120
• Ziemniaki gotowane	250
• Surówka meksykańska	120
• Surówka z kapusty kiszonej z olejem	100
• Kompot owocowy z herbatą bez cukru	250
 <b>Podwieczorek</b> •Energia 107.8kcal •Energia 450.1KJ •Białko 4.3g •Tłuszcz 3.4g •Tłuszcze nasycone 2g •Sól 0g •Węglowodany 20.9g •Cukry 8.8g •Błonnik pokarmowy 1.8g	Ilość g lub ml
• Jogurt naturalny (7)	100
• Jabłka	120
 <b>Kolacja</b> •Energia 808.5kcal •Energia 3361.6KJ •Białko 21.8g •Tłuszcz 33.9g •Tłuszcze nasycone 14.3g •Sól 2.8g •Węglowodany 97g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 16.5g	Ilość g lub ml
• Chleb żytni razowy na zakwasie (1)	120
• Masło ekstra 82% (7)	15
• Herbata bez cukru	250
• Jajko gotowane na twardo (1 szt) (3)	50
• Cytryny	10
• Sałata zielona	10
• Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem (1,3,7,9,10)	150
• Sałatka jarzynowa (1,3,7,9,10)	100

## Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (wtorek - 2024-06-11):

•Energia 2488.5kcal •Energia 10316.2KJ •Białko 95.8g •Tłuszcz 96.3g •Tłuszcze nasycone 30g •Sól 5.8g •Węglowodany 309.9g  
•Cukry 16.6g •Błonnik pokarmowy 45.5g



# Środa 2024-06-12

## Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)

C6p

### Środa

#### Śniadanie

•Energia 566.2kcal •Energia 2359.5KJ •Białko 27.3g •Tłuszcz 19.1g •Tłuszcze nasycone 11.1g •Sól 1.8g •Węglowodany 65.8g  
•Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 11.2g

Ilość g lub ml

- |                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| • Chleb żytni razowy na zakwasie (1) | 120 |
| • Masło ekstra 82% (7)               | 15  |
| • Kompot owocowy z herbatą bez cukru | 250 |
| • Twarożek z maślanką (7)            | 100 |
| • Sałata zielona                     | 10  |
| • Pomidor                            | 90  |

#### Drugie śniadanie

•Energia 99kcal •Energia 414KJ •Białko 9.6g •Tłuszcz 3g •Tłuszcze nasycone 1.8g •Sól 0g •Węglowodany 7.1g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 0g

Ilość g lub ml

- |             |     |
|-------------|-----|
| • Kefir (7) | 150 |
|-------------|-----|

#### Obiad

•Energia 1019.1kcal •Energia 4278.9KJ •Białko 39.2g •Tłuszcz 24.6g •Tłuszcze nasycone 3.7g •Sól 2.5g •Węglowodany 161.6g  
•Cukry 1g •Błonnik pokarmowy 7.4g

Ilość g lub ml

- |  |     |
|--|-----|
| • Zupa krupnik z ziemniakami (1,9)                           | 400 |
| • Pulpet drobiowy duszony w sosie pomidorowym 2 szt. (1,3,7) | 150 |
| • Makaron razowy gotowany świderki                           | 250 |
| • Surówka porowa (3,10)                                      | 120 |
| • Kompot owocowy z herbatą bez cukru                         | 250 |
| • Ogórki konserwowe (10)                                     | 120 |

#### Podwieczorek

•Energia 153kcal •Energia 640.5KJ •Białko 12g •Tłuszcz 9g •Tłuszcze nasycone 6g •Sól 0.1g •Węglowodany 6g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 0g

Ilość g lub ml

- |                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| • Serek homogenizowany naturalny (7) | 150 |
|--------------------------------------|-----|

# Środa

## Kolacja

•Energia 735.6kcal •Energia 3073.4KJ •Białko 24.9g •Tłuszcz 27.3g •Tłuszcze nasycone 13.6g •Sól 3.9g •Węglowodany 91.6g  
•Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 17.5g

Ilość g lub ml

• Chleb żytni razowy na zakwasie (1)	120
• Masło ekstra 82% (7)	15
• Herbata bez cukru	250
• Wędlina polędwica sopocka wieprzowa (6)	60
• Cytryny	10
• Sałata zielona	10
• Papryka czerwona świeża	90
• Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem (1,3,7,9,10)	150

### Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (środa - 2024-06-12):

•Energia 2572.9kcal •Energia 10766.3KJ •Białko 112.9g •Tłuszcz 83g •Tłuszcze nasycone 36.2g •Sól 8.3g •Węglowodany 332g •Cukry 1g •Błonnik pokarmowy 36.1g



## Czwartek 2024-06-13

### Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)

C6p

# Czwartek

## Śniadanie

•Energia 624.1kcal •Energia 2571.1KJ •Białko 20.6g •Tłuszcz 29.2g •Tłuszcze nasycone 11.7g •Sól 2.1g •Węglowodany 63.8g  
•Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 12.8g

Ilość g lub ml

• Chleb żytni razowy na zakwasie (1)	120
• Masło ekstra 82% (7)	15
• Herbata bez cukru	250
• Pasta jajeczna (3,7)	100
• Sałata zielona	10
• Sałatka z brokułem i kukurydzą (1,3,7)	120

## Drugie śniadanie

•Energia 162.4kcal •Energia 677.6KJ •Białko 3.8g •Tłuszcz 14.4g •Tłuszcze nasycone 2g •Sól 0g •Węglowodany 5.3g •Cukry 0g  
•Błonnik pokarmowy 1.3g

Ilość g lub ml

## Czwartek

• Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika	100
<b>Obiad</b> •Energia 898.7kcal •Energia 3721.8KJ •Białko 27.3g •Tłuszcz 27.7g •Tłuszcze nasycone 3.6g •Sól 1.4g •Węglowodany 138.2g •Cukry 7g •Błonnik pokarmowy 19g	Ilość g lub ml
• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9)	400
• Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym (1,9)	120
• Ryż brązowy gotowany	250
• Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem	120
• Surówka obiadowa z czerwonej kapusty (1,3,4,5,6,7,8,9,10,11)	120
• Kompot owocowy z herbatą bez cukru	250
<b>Podwieczorek</b> •Energia 64kcal •Energia 267KJ •Białko 3.9g •Tłuszcz 3g •Tłuszcze nasycone 2g •Sól 0g •Węglowodany 10.3g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 0g	Ilość g lub ml
• Jogurt naturalny (7)	100
<b>Kolacja</b> •Energia 737kcal •Energia 3080.9KJ •Białko 26.3g •Tłuszcz 28.2g •Tłuszcze nasycone 15g •Sól 3.7g •Węglowodany 88.1g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 16.5g	Ilość g lub ml
• Chleb żytni razowy na zakwasie (1)	120
• Masło ekstra 82% (7)	15
• Herbata bez cukru	250
• Wędlina filet gotowany z kurczaka (6,10)	60
• Cytryny	10
• Sałata zielona	10
• Ogórek zielony świeży	90
• Posiłek nocny: kanapka z twarogiem i papryką (1,7)	150
<b>Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (czwartek - 2024-06-13):</b> •Energia 2486.2kcal •Energia 10318.3KJ •Białko 82g •Tłuszcz 102.5g •Tłuszcze nasycone 34.3g •Sól 7.2g •Węglowodany 305.7g •Cukry 7g •Błonnik pokarmowy 49.6g	



## Piątek 2024-06-14

### Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)

C6p

# Piątek

## Śniadanie

•Energia 582.2kcal •Energia 2434.3KJ •Białko 21.5g •Tłuszcz 27g •Tłuszcze nasycone 8.6g •Sól 1.7g •Węglowodany 59.7g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 11.7g

Ilość g lub ml

- |                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| • Chleb żytni razowy na zakwasie (1) | 120 |
| • Masło ekstra 82% (7)               | 15  |
| • Ser mozzarella (7)                 | 60  |
| • Herbata bez cukru                  | 250 |
| • Sałata zielona                     | 10  |
| • Papryka czerwona świeża            | 90  |

## Drugie śniadanie

•Energia 107.8kcal •Energia 450.1KJ •Białko 4.3g •Tłuszcz 3.4g •Tłuszcze nasycone 2g •Sól 0g •Węglowodany 20.9g •Cukry 8.8g •Błonnik pokarmowy 1.8g

Ilość g lub ml

- |                        |     |
|------------------------|-----|
| • Jogurt naturalny (7) | 100 |
| • Jabłka               | 120 |

## Obiad

•Energia 754.2kcal •Energia 3103.4KJ •Białko 29.6g •Tłuszcz 24.7g •Tłuszcze nasycone 5.4g •Sól 0.6g •Węglowodany 105.3g •Cukry 1.7g •Błonnik pokarmowy 11g

Ilość g lub ml

- |  |     |
|--|-----|
| • Zupa zacierkowa (1,3,9)              | 400 |
| • Ziemniaki gotowane                   | 250 |
| • Sos koperkowy (1,7)                  | 100 |
| • Surówka colesław (1,3,7,10)          | 100 |
| • Fasolka szparagowa gotowana na parze | 120 |
| • Kompot owocowy z herbatą bez cukru   | 250 |
| • Jajko gotowane na twardo (2 szt) (3) | 100 |

## Podwieczorek

•Energia 99kcal •Energia 414KJ •Białko 9.6g •Tłuszcz 3g •Tłuszcze nasycone 1.8g •Sól 0g •Węglowodany 7.1g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 0g

Ilość g lub ml

- |             |     |
|-------------|-----|
| • Kefir (7) | 150 |
|-------------|-----|

## Kolacja

•Energia 802.7kcal •Energia 3356KJ •Białko 36.8g •Tłuszcz 28.2g •Tłuszcze nasycone 15.1g •Sól 2.7g •Węglowodany 93.5g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 16.6g

Ilość g lub ml

- |  |     |
|--|-----|
| • Chleb żytni razowy na zakwasie (1)             | 120 |
| • Masło ekstra 82% (7)                           | 15  |
| • Herbata bez cukru                              | 250 |
| • Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) (4,7) | 100 |

## Piątek

• Cytryny	10
• Sałata zielona	10
• Pomidor	90
• Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem (1,3,7,9,10)	150

### Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (piątek - 2024-06-14):

•Energia 2345.9kcal •Energia 9757.8KJ •Białko 101.7g •Tłuszcz 86.2g •Tłuszcze nasycone 32.8g •Sól 5g •Węglowodany 286.4g  
•Cukry 10.4g •Błonnik pokarmowy 41g






## Sobota 2024-06-15

### Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)



C6p

## Sobota

	Ilość g lub ml
 <b>Śniadanie</b> •Energia 622.6kcal •Energia 2602KJ •Białko 25.5g •Tłuszcz 28.2g •Tłuszcze nasycone 16.7g •Sól 3g •Węglowodany 59.7g •Cukry 0.1g •Błonnik pokarmowy 11.2g	
• Chleb żytni razowy na zakwasie (1)	120
• Ser żółty (7)	60
• Masło ekstra 82% (7)	15
• Herbata bez cukru	250
• Sałata zielona	10
• Pomidor	90
 <b>Drugie śniadanie</b> •Energia 241.5kcal •Energia 1011KJ •Białko 19.1g •Tłuszcz 16.5g •Tłuszcze nasycone 9.8g •Sól 0g •Węglowodany 4.5g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 0g	Ilość g lub ml
• Serek homogenizowany naturalny 150g (7)	150
 <b>Obiad</b> •Energia 995.7kcal •Energia 4128.3KJ •Białko 34.3g •Tłuszcz 29.3g •Tłuszcze nasycone 3.8g •Sól 0.6g •Węglowodany 138g •Cukry 13.3g •Błonnik pokarmowy 16.5g	Ilość g lub ml
• Zupa ziemniaczana (1,7,9)	400
• Kaszotto gryczane z mięsem drobiowym i warzywami (9)	370
• Surówka z selera i jabłka z jogurtem (7,9)	120



## Sobota

• Surówka z kapusty białej z olejem	100
• Kompot owocowy z herbatą bez cukru	250
 <b>Podwieczorek</b> •Energia 215.2kcal •Energia 862.1KJ •Białko 2.3g •Tłuszcz 14.4g •Tłuszcze nasycone 1g •Sól 0.6g •Węglowodany 18.7g •Cukry 7.6g •Błonnik pokarmowy 3.2g	Ilość g lub ml
• Sałatka z buraczka, jabłka, papryki i ogórka kwaszonego z olejem	200
 <b>Kolacja</b> •Energia 800.8kcal •Energia 3311.1KJ •Białko 21.4g •Tłuszcz 35.9g •Tłuszcze nasycone 14.6g •Sól 3.9g •Węglowodany 91.1g •Cukry 2.3g •Błonnik pokarmowy 17.8g	Ilość g lub ml
• Chleb żytni razowy na zakwasie (1)	120
• Masło ekstra 82% (7)	15
• Herbata bez cukru	250
• Pasta z wędliny z warzywami (6,7,9)	100
• Cytryny	10
• Ogórek zielony świeży	90
• Sałata zielona	10
• Posiłek nocny: kanapka z jajkiem i pomidorem (1,3,7)	150

### Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (sobota - 2024-06-15):

•Energia 2875.9kcal •Energia 11914.5KJ •Białko 102.6g •Tłuszcz 124.4g •Tłuszcze nasycone 45.9g •Sól 8.1g •Węglowodany 312g  
•Cukry 23.3g •Błonnik pokarmowy 48.8g




## Niedziela 2024-06-16

### Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych





Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)

C6p

## Niedziela

 <b>Śniadanie</b> •Energia 570.2kcal •Energia 2383.2KJ •Białko 28.1g •Tłuszcz 20.5g •Tłuszcze nasycone 11.4g •Sól 1.8g •Węglowodany 64.4g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 11.2g	Ilość g lub ml
• Chleb żytni razowy na zakwasie (1)	120
• Masło ekstra 82% (7)	15
• Herbata bez cukru	250

# Niedziela

• Twarożek ze szczypiorkiem (7)	100
• Sałata zielona	10
• Pomidor	90
 <b>Drugie śniadanie</b> •Energia 142.8kcal •Energia 597.1KJ •Białko 10g •Tłuszcz 3.4g •Tłuszcze nasycone 1.8g •Sól 0g •Węglowodany 17.6g •Cukry 8.8g •Błonnik pokarmowy 1.8g	Ilość g lub ml
• Kefir (7)	150
• Jabłka	120
 <b>Obiad</b> •Energia 826.4kcal •Energia 3397.1KJ •Białko 52.4g •Tłuszcz 25.8g •Tłuszcze nasycone 3.5g •Sól 1.4g •Węglowodany 96g •Cukry 4.7g •Błonnik pokarmowy 8.2g	Ilość g lub ml
• Zupa rosół z makaronem (1,9)	400
• Filet drobiowy gotowany	120
• Ziemniaki gotowane	250
• Sos koperkowy (1,7)	100
• Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego	100
• Mizeria z jogurtem (7)	100
• Kompot owocowy z herbatą bez cukru	250
 <b>Podwieczorek</b> •Energia 64kcal •Energia 267KJ •Białko 3.9g •Tłuszcz 3g •Tłuszcze nasycone 2g •Sól 0g •Węglowodany 10.3g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 0g	Ilość g lub ml
• Jogurt naturalny (7)	100
 <b>Kolacja</b> •Energia 710.2kcal •Energia 2971.2KJ •Białko 25.9g •Tłuszcz 25.4g •Tłuszcze nasycone 12.6g •Sól 4.1g •Węglowodany 88.4g •Cukry 0g •Błonnik pokarmowy 16.6g	Ilość g lub ml
• Chleb żytni razowy na zakwasie (1)	120
• Masło ekstra 82% (7)	15
• Herbata bez cukru	250
• Wędlina szynkowa dębowa drobiowa	60
• Sałata zielona	10
• Cytryny	10
• Ogórek kiszony krojony	90
• Posiłek nocny: kanapka z wędliną i papryką (1,3,7,9,10)	150

# Niedziela

## Dobowe wartości odżywcze w jadłospisie (niedziela - 2024-06-16):

•Energia 2313.6kcal •Energia 9615.6KJ •Białko 120.3g •Tłuszcz 78g •Tłuszcze nasycone 31.4g •Sól 7.3g •Węglowodany 276.7g  
•Cukry 13.5g •Błonnik pokarmowy 37.8g



## Tabela alergenów

### Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)

C6p

## 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
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

•Energia 2542.4kcal •Energia 10572KJ •Białko 101.1g •Tłuszcz 97.5g •Tłuszcze nasycone 35.4g •Sól 6.9g •Węglowodany 307.2g •Cukry 12g •Błonnik pokarmowy 43.4g