

**Jadłospis dekadowy 05.07.2026-14.07.2026 DIETA LEKKOSTRAWNA**

| 05.07.2026 (niedziela)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 06.07.2026 (poniedziałek)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 07.07.2026 (wtorek)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 08.07.2026 (środa)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| - PASTA Z SERA BIAŁEGO I JAJKA (J, ML, GOR) 60g<br>- POMIDOR 45g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- KAKAO (ML) LUB KAWA ZBOŻOWA (ML) 200ml                                                                                                                                                                                               | - JAJKO NA MIĘKKO (J) 55g<br>- SZYNKA DROBIOWA (GOR, SOJ, S) 45g<br>- POMIDOR BEZ SKÓRY 30g<br>- MARGARYNA ROŚLINNA 20g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 250ml                                                                                                                                                                                | -SER MOZZARELLA (ML) 30g<br>- SZYNKA DROBIOWA (GOR, SOJ, S) 45g<br>- OGÓREK BEZ SKÓRY 20g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- SAŁATA LODOWA 10g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml                                                                                                                                                                                               | - BUKIET ŚWIEŻOŚCI (pomidor, sałata lodowa, 1\2jaja: J) 50g<br>- POMIDOR BEZ SKÓRY 30g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml                                                                                                                                                                                         |
| Drugie śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Drugie śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Drugie śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Drugie śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| -MAŚLANKA (ML) 150g<br>- OWOC SEZONOWY GOTOWANY 100g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | - JOGURT NATURALNY (ML) 150g<br>- OWOC SEZONOWY GOTOWANY 100g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | - JOGURT NATURALNY (ML) 150g<br>- OWOC SEZONOWY 100g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | - SEREK HOMOGENIZOWANY (ML) 150g<br>- OWOC SEZONOWY GOTOWANY 100g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| - ROSÓŁ Z MAKARONEM (PSZ, S) 300g<br>- SCHAB (J, PSZ) 100g<br>- ZIEMNIAKI Z WODY 200g<br>- SURÓWKA Z PORA (ML) 100g<br>- KOMPOT 200ml                                                                                                                                                                                                                                                       | - ZUPA POMIDOROWA (PSZ, S) 300g<br>- FILET (PSZ) 100g<br>- ZIEMNIAKI 200g<br>- BURAKI (S, ML) 100g<br>- KOMPOT 200ml                                                                                                                                                                                                                                                                         | - ZUPA GROCHOWA (PSZ, S, ML) 300g<br>- GOŁĄBKI – 300g<br>- KOMPOT 200ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | - BOTWINKA (PSZ, S, J) 300g<br>- MIĘSO DUSZONE– 100g<br>- ZIEMNIAKI Z WODY – 200g<br>- WARZYWA – 100g<br>- KOMPOT 200ml                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| - SAŁATKA Z POMIDORÓW Z SAŁATĄ ZIELONĄ 100g<br>- SZYNKA DROBIOWA (GOR, SOJ, S) 45g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml                                                                                                                                                                                            | - GALARETKA DROBIOWA (S) 100g<br>- SER BIAŁY (ML) 60g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- PIECZYWO RAZOWE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml                                                                                                                                                                                                                           | - POMIDOR BEZ SKÓRY Z SAŁATĄ 100g<br>- TWARÓG CHUDY (ML) 45g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml                                                                                                                                                                                                                                                   | - SAŁATKA (ML, J) 100g<br>- SZYNKA DROBIOWA (GOR, SOJ, S) 45g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml                                                                                                                                                                                                                  |
| <b><u>Energia:</u></b><br>Kcal 2090= 8750 kJ<br>Kcal z tłuszczu 22%<br>Kcal z białka 15,5 %<br>Kcal z węglowodanów 62,5%<br><b><u>Węglowodany:</u></b><br>Węglowodany ogółem: 326g<br>Błonnik: 26g<br>Skrobia: 80g<br><b><u>Białko:</u></b><br>Białko ogółem: 81g<br>Białko zwierzęce: 58g<br>Białko roślinne: 23g<br><b><u>Tłuszcze:</u></b><br>Tłuszcze ogółem: 51g<br>Cholesterol: 168mg | <b><u>Energia:</u></b><br>Kcal 2100=8792 kJ<br>Kcal z tłuszczu 24%<br>Kcal z białka 13,7 %<br>Kcal z węglowodanów 62,3%<br><b><u>Węglowodany:</u></b><br>Węglowodany ogółem: 327g<br>Błonnik: 34g<br>Skrobia: 76,3g<br><b><u>Białko:</u></b><br>Białko ogółem: 72g<br>Białko zwierzęce: 52g<br>Białko roślinne: 20g<br><b><u>Tłuszcze:</u></b><br>Tłuszcze ogółem: 56g<br>Cholesterol: 214mg | <b><u>Energia:</u></b><br>Kcal 2040=8541 kJ<br>Kcal z tłuszczu 23,8%<br>Kcal z białka 15,2 %<br>Kcal z węglowodanów 61%<br><b><u>Węglowodany:</u></b><br>Węglowodany ogółem: 326,7g<br>Błonnik: 28g<br>Skrobia: 79,7g<br><b><u>Białko:</u></b><br>Białko ogółem: 82,5g<br>Białko zwierzęce: 60g<br>Białko roślinne: 22,5g<br><b><u>Tłuszcze:</u></b><br>Tłuszcze ogółem: 56,5g<br>Cholesterol: 225mg | <b><u>Energia:</u></b><br>Kcal 2140=8959 kJ<br>Kcal z tłuszczu 25%<br>Kcal z białka 16,3 %<br>Kcal z węglowodanów 59,7%<br><b><u>Węglowodany:</u></b><br>Węglowodany ogółem: 319g<br>Błonnik: 31g<br>Skrobia: 75,8g<br><b><u>Białko:</u></b><br>Białko ogółem: 87g<br>Białko zwierzęce: 61g<br>Białko roślinne: 26g<br><b><u>Tłuszcze:</u></b><br>Tłuszcze ogółem: 59g<br>Cholesterol: 248mg |

**Jadłospis dekadowy 05.07.2026-14.07.2026 DIETA LEKKOSTRAWNA**

| 09.07.2026 (czwartek)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 10.07.2026 (piątek)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 11.07.2026 (sobota)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| - JAJKO (J) 60g<br>- TWARÓG, CHUDY (ML) 45g<br>- POMIDOR BEZ SKÓRY 20g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml                                                                                                                                                                                                         | - SEREK WIEJSKI ZIARNISTY (ML) 50g<br>- SER MOZZARELLA (ML) 30g<br>- POMIDOR BEZ SKÓRY 40g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml                                                                                                                                                                                     | - PASTA TWAROGOWA Z JAJKIEM (J, ML) 50g<br>- PAPRYKA BEZ SKÓRY 30g<br>- SZYNKA DROBIOWA (GOR, SOJ, S) 45g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- KAKAO (ML) LUB KAWA ZBOŻOWA (ML) 200ml                                                                                                                                                       |
| Drugie śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Drugie śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Drugie śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| - JOGURT NATURALNY (ML) 150g<br>- OWOC SEZONOWY GOTOWANY 100g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | - MAŚLANKA (ML) 150g<br>- OWOC SEZONOWY GOTOWANY 100g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | - JOGURT NATURALNY (ML) 150g<br>- OWOC SEZONOWY 100g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| - ZUPA PIECZARKOWA Z MAKARONEM (S, ML) 300g<br>- MIĘSO DUSZONE (PSZ) 100g<br>- ZIEMNIAKI GOTOWANE 200g<br>- WARZYWA (ML) 100g<br>- KOMPOT                                                                                                                                                                                                                                                    | - ZUPA OGÓRKOWA Z RYŻEM (PSZ, ML, S, J) 300g<br>- JAJKO W SOSIE KOPERKOWYM (ML, J, PSZ) 200g<br>- BUKIET WARZYW (ML S) 100g<br>- KOMPOT 200ml                                                                                                                                                                                                                                                | - ZUPA KOPERKOWA (S, ML, PSZ) 300g<br>- CURRY Z KURCZAKA 100g<br>- RYŻ 200g<br>- SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (ML) 100g<br>- KOMPOT 200ml                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| - SAŁATA LODOWA 10g<br>- SZYNKA DROBIOWA (GOR, SOJ, S) 45g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- POMIDOR BEZ SKÓRY 30g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml                                                                                                                                                                                                                  | - SAŁATKA (ML, GOR) 100g<br>- OGÓREK 50g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ                                                                                                                                                                                                                                             | - SAŁATKA Z KASZY KUSKUS (PSZ, J, ML) 100g<br>- TWARÓG CHUDY (ML) 45g<br>- MASŁO ROŚLINNE 20g<br>- SAŁATA ZIELONA 10g<br>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g<br>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml                                                                                                                                                                                                          |
| <b><u>Energia:</u></b><br>Kcal 2170=9085 kj<br>Kcal z tłuszczu 24%<br>Kcal z białka 17,5 %<br>Kcal z węglowodanów 58,5%<br><b><u>Węglowodany:</u></b><br>Węglowodany ogółem: 295g<br>Błonnik: 29,5g<br>Skrobia: 78g<br><b><u>Białko:</u></b><br>Białko ogółem: 94g<br>Białko zwierzęce: 66g<br>Białko roślinne: 26g<br><b><u>Tłuszcze:</u></b><br>Tłuszcze ogółem: 58g<br>Cholesterol: 227mg | <b><u>Energia:</u></b><br>Kcal 2050=8583 kj<br>Kcal z tłuszczu 22,5%<br>Kcal z białka 14,5 %<br>Kcal z węglowodanów 63%<br><b><u>Węglowodany:</u></b><br>Węglowodany ogółem: 323g<br>Błonnik: 35,5g<br>Skrobia: 82g<br><b><u>Białko:</u></b><br>Białko ogółem: 74g<br>Białko zwierzęce: 61g<br>Białko roślinne: 13g<br><b><u>Tłuszcze:</u></b><br>Tłuszcze ogółem: 51g<br>Cholesterol: 248mg | <b><u>Energia:</u></b><br>Kcal 2090=8750 kj<br>Kcal z tłuszczu 21,5%<br>Kcal z białka 13,6 %<br>Kcal z węglowodanów 64,9%<br><b><u>Węglowodany:</u></b><br>Węglowodany ogółem: 339g<br>Błonnik: 32g<br>Skrobia: 76g<br><b><u>Białko:</u></b><br>Białko ogółem: 71g<br>Białko zwierzęce: 57g<br>Białko roślinne: 14g<br><b><u>Tłuszcze:</u></b><br>Tłuszcze ogółem: 50g<br>Cholesterol: 219mg |

**Jadłospis dekadowy 05.07.2026-14.07.2026 DIETA LEKKOSTRAWNA**

| 12.07.2026 (niedziela)                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 13.07.2026 (poniedziałek)                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 14.07.2026 (wtorek)                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- PARÓWKA (GOR, SOJ, S) 60g</li> <li>- TWARÓG CHUDY (ML) 30g</li> <li>- POMIDOR BEZ SKÓRY 50g</li> <li>- MASŁO ROŚLINNE 20g</li> <li>- SAŁATA ZIELONA 10g</li> <li>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g</li> <li>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml</li> </ul>                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- SEREK WIEJSKI ZIARNISTY (ML) 60g</li> <li>- POMIDOR BEZ SKÓRY 60g</li> <li>- MASŁO ROŚLINNE 20g</li> <li>- SAŁATA ZIELONA 10g</li> <li>- ZUPA MLECZNA Z KASZĄ MANNA (ML, PSZ) 250g</li> <li>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g</li> <li>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml</li> </ul>     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- PASTA JAJECZNA Z JOGURTEM GRECKIM (J, ML) 50g</li> <li>- SZYNKA DROBIOWA (GOR, SOJ, S) 45g</li> <li>- POMIDOR BEZ SKÓRY 45g</li> <li>- MASŁO ROŚLINNE 20g</li> <li>- SAŁATA ZIELONA 10g</li> <li>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g</li> <li>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml</li> </ul> |
| Drugie śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Drugie śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Drugie śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- KEFIR 2% (ML) 150g</li> <li>- OWOC SEZONOWY GOTOWANY 150g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- JOGURT NATURALNY, SKYR (ML) 150g</li> <li>- PŁATKI OWSIANE 30g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- MAŚLANKA (ML) 150g</li> <li>- OWOC SEZONOWY GOTOWANY 150g</li> </ul>                                                                                                                                                                                                         |
| Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- ROSÓŁ Z MAKARONEM (PSZ, S) 300g</li> <li>- UDKO (J, PSZ) 100g</li> <li>- ZIEMNIAKI Z WODY 200g</li> <li>- SURÓWKA (ML) 100g</li> <li>- KOMPOT 200ml</li> </ul>                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ZUPA KALAFIOROWA (PSZ, S, ML) 300g</li> <li>- FILET (PSZ) 100g</li> <li>- ZIEMNIAKI 200g</li> <li>- WARZYWA (ML) 100g</li> <li>- KOMPOT 200g</li> </ul>                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ZUPA PRZECIERANA Z GRZANKAMI (ML, J, PSZ, S) 300g</li> <li>- KLOPS W SOSIE (PSZ, ML) 100g</li> <li>- ZIEMNIAKI 200g</li> <li>- SURÓWKA Z KAPUSTY CZERWONEJ (ML) 100g</li> <li>- KOMPOT 200ml</li> </ul>                                                                      |
| Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- OGÓREK KISZONY 50g</li> <li>- SER BIAŁY, PASTRY (ML) 30g</li> <li>- MASŁO ROŚLINNE 20g</li> <li>- SAŁATA ZIELONA 10g</li> <li>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g</li> <li>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml</li> </ul>                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- MOZZARELLA (ML) 45g</li> <li>- SZYNKA DROBIOWA (GOR, SOJ, S) 30g</li> <li>- POMIDOR Z PIETRUSZKĄ BEZ SKÓRY 50g</li> <li>- SAŁATA ZIELONA 10g</li> <li>- MASŁO ROŚLINNE 20g</li> <li>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g</li> <li>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml</li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- SAŁATA LODOWA 10g</li> <li>- SZYNKA DROBIOWA (GOR, SOJ, S) 30g</li> <li>- MASŁO ROŚLINNE 20g</li> <li>- PIECZYWO PSZENNE (PSZ) 100g</li> <li>- HERBATA Z CYTRYNĄ 200ml</li> </ul>                                                                                            |
| <b>Energia:</b><br>Kcal 2030=8499 kj<br>Kcal z tłuszczu 20,8%<br>Kcal z białka 17,4 %<br>Kcal z węglowodanów 61,8%<br><b>Węglowodany:</b><br>Węglowodany ogółem: 314g<br>Błonnik: 32g<br>Skrobia: 76,7g<br><b>Białko:</b><br>Białko ogółem: 88g<br>Białko zwierzęce: 71g<br>Białko roślinne: 17g<br><b>Tłuszcze:</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal 2050=8583 kj<br>Kcal z tłuszczu 25%<br>Kcal z białka 16,4 %<br>Kcal z węglowodanów 58,6%<br><b>Węglowodany:</b><br>Węglowodany ogółem: 300g<br>Błonnik: 32,7g<br>Skrobia: 78,6g<br><b>Białko:</b><br>Białko ogółem: 84g<br>Białko zwierzęce: 62g<br>Białko roślinne: 22g<br><b>Tłuszcze:</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal 2070=8667 kj<br>Kcal z tłuszczu 21,5%<br>Kcal z białka 13,6 %<br>Kcal z węglowodanów 64,9%<br><b>Węglowodany:</b><br>Węglowodany ogółem: 336g<br>Błonnik: 29,6g<br>Skrobia: 82g<br><b>Białko:</b><br>Białko ogółem: 70g<br>Białko zwierzęce: 57g<br>Białko roślinne: 13g<br><b>Tłuszcze:</b>  |

|                                           |                                            |                                            |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Tłuszcze ogółem: 47g<br>Cholesterol: 216m | Tłuszcze ogółem: 57g<br>Cholesterol: 276mg | Tłuszcze ogółem: 49g<br>Cholesterol: 217mg |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------|