

DIETA ŁATWOSTRAWNA DZIECI 4-9 LAT

Jadłospis 14 dniowy- 05.10.2026 - 18.10.2026

PONIEDZIAŁEK				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHLEB JASNY, MASŁO, PASTA Z PIECZONĄ RYBĄ (pieczona ryba, Jaja, twaróg), SER ŻÓŁTY, WARZYWA SEZONOWE W SOSIE JOGURTOWYM KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	KOKTAJL Z OWOCÓW LEŚNYCH (maślanka, owoce leśne, banan, płatki owsiane, siemię lniane)	KRUPNIK Z KOPERKIEM I PIETRUSZKĄ (BEZ ZABIELANIA) RACUSZKI Z TWAROŻKIEM I JABŁKAMI, SURÓWKA Z MARCHEWKI Z JABŁKIEM KOMPOT BEZ CUKRU OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY, MASŁO, TWAROŻEK JABŁKOWY (twaróg, jogurt naturalny, jabłko prażone), WĘDLINA, WARZYWA SEZONOWE, HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE Z PASTĄ Z AWOKADO (awokado, banan, kakao)
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja, Ryba	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, mleko i jego przetwory, Jaja, Seler	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1706 kcal BIĄŁKA 69,23 g TŁUSZCZE 50,95 g WĘGLOWODANY 233,13 g BŁONNIK 21,25 g KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY 36,7 g SÓD 1614 mg				

WTOREK				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHŁEB JASNY, MASŁO, SEREK DYNIOWY (twaróg półtłusty, puree z dyni, wanilia), OWSIANKA Z JABŁKIEM PRAŻONYM I CYNAMONEM (mleko 2%, płatki owsiane, jabłko prażone, siemię lniane), KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	ZIELONY KOKTAJL (szpinak, banan, płatki owsiane, woda, sok jabłkowy)	ZUPA OGÓRKOWA Z MAKARONEM (BEZ ZABIELANIA), FILET DROBIOWY W SOSIE WŁASNYM, RYŻ Z WARZYSAMI 150G, GOTOWANY KALAFIOR KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHŁEB JASNY, MASŁO, PASTA TWAROGOWO – JAJECZNA (twaróg półtłusty, Jaja, szczypiorek, jogurt naturalny, słonecznik), TWAROŻEK Z PAPRYKĄ (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, papryka mielona słodka), WARZYWA SEZONOWE, HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE, SER ŻÓŁTY, SAŁATA
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten,	Zboża zawierające gluten, Mleko i jego przetwory, Seler	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1759 kcal BIAŁKA 90,8 g TŁUSZCZE 64,1 g WĘGLOWODANY 214,5 g BŁONNIK 19,9 g KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE 31,5 g SÓD 1906 mg				

ŚRODA				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHLEB JASNY, MASŁO, WĘDLINA, JAJKO NA TWARDRO, WARZYWA SEZONOWE, KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	KOKTAJL TRUSKAWKOWY (maślanka, truskawki, banan, płatki owsiane, siemię lniane)	ŻUREK Z ZIEMNIAKAMI (BEZ ZABIELANIA) RISOTTO Z MIĘSEM WIEPRZOWYM, SOS POMIDOROWO – BAZYLIOWY, SAŁATKA Z POMIDOREM I OLIWĄ KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY, MASŁO, WĘDLINA, SER TWAROGOWY, DŻEM, WARZYWA SEZONOWE, HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE Z PASTĄ SELEROWĄ (Seler gotowany, Jaja, majonez, szczypiorek)
Zboża zawierające gluten, sezam, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, Mleko i jego przetwory, Jaja, Seler	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Seler, Jaja, gorczyca
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1712 kcal BIAŁKA 77,8 g TŁUSZCZE 65,8 g WĘGLOWODANY 220,7 g BŁONNIK 20,6 g KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE 30 g SÓD 1133 mg				

CZWARTEK				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHLEB JASNY, MASŁO, SEREK HOMOGENIZOWANY NATURALNY, MIX SAŁAT, KASZA KUSKUS Z PRAŻONYMI JABŁKAMI I CYNAMONEM, KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	KOKTAJL MALINOWY (maślanka, maliny, banan, płatki owsiane, siemię lniane)	DELIKATNA ZUPA TYPU SOLFERINO (BEZ WARZYW WZDYMających)	CHLEB JASNY, MASŁO, WĘDLINA, PASTA Z TWAROGU I BURAKA, SAŁATA, HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE Z SEREK ŚMIETANKOWY, DŻEM
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, seler	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1594 kcal BIAŁKA 71,7 g TŁUSZCZE 60,4 g WĘGLOWODANY 207,4 g BŁONNIK 19,2 g KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONIE 29,7g SÓD 1188 mg				

PIĄTEK				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
BUŁKA GRAHAMKA, MASŁO, SER ŻÓŁTY, SAŁATA, KASZA JAGLANA Z SOSEM JOGURTOWO-OWOCOWYM, KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	KOKTAJL Z BURAKA (burak, czarna porzeczka, sok jabłkowy, banan, siemię lniane)	ZUPA PEJZANKA (BEZ ZABIELANIA, BEZ SOCZEWICY, BEZ KAPUSTY) PIEROGI RUSKIE, SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY, MASŁO, TWAROŻEK Z NATKĄ PIETRUSZKI (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, natka pietruszeki), JAJA NA TWARDO, WARZYWA SEZONOWE, HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE Z PASTĄ Z AWOKADO (awokado, Jaja, sok z cytryny)
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten,	Zboża zawierające gluten, mleko i jego przetwory, jaja, seler	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja	Jaja
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1502 kcal BIAŁKA 56,1 g TŁUSZCZE 52 g WĘGLOWODANY 213 g BŁONNIK 20 g KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY 15 g SÓD 1866 mg				

SOBOTA				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHLEB JASNY, MASŁO, DŻEM TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY, OWSIANKA Z OWOCAMI (mleko, płatki owsiane, owoce mrożone, banan, siemię lniane, kakao), KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	JOGURT NATURALNY, SOK MARCHEW-JABŁKO-BANAN/ BANAN	KREM MARCHEWKOWY Z POMARAŃCZĄ I MAKARONEM, (BEZ ZABIELANIA) PULPECIKI W SOSIE POMIDOROWYM (BEZ ZABIELANIA), ZIEMNIAKI PUREE, SAŁATA LODOWA/ MIX SAŁAT Z POMIDOREM I SOSEM JOGURTOWYM KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY, MASŁO, SAŁATKA WARZYWNA (marchew, ziemniak, seler, pietruszka, jaja, jogurt naturalny), WĘDLINA, ROSZPONKA, HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE, WĘDLINA, POMIDOR
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mleko i jego przetwory, jaja, Zboża zawierające gluten, seler, jaja	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja, Seler	
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1569 kcal BIAŁKA 60 g TŁUSZCZE 51,6 g WĘGLOWODANY 242 g BŁONNIK 20,9 g KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE 18,8 g SÓD 1613 mg				

NIEDZIELA				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHLEB JASNY, MASŁO, WĘDLINA, TWAROŻEK ZE SZPINAKIEM, WARZYWA SEZONOWE, KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	JOGURT OWOCOWY, SOK MARCHEW-JABŁKO-BANAN/ BANAN	ROSÓŁ Z MAKARONEM SCHAB PIECZONY W JABŁKACH, ZIEMNIAKI PUREE, BUKIET GOTOWANYCH WARZYW KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY, MASŁO, SAŁATKA Z JAJKIEM, BROKUŁEM I POMIDOREM W SOSIE JOGURTOWYM, SAŁATA, WARZYWA SEZONOWE, HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE Z PASTĄ Z TOFU (tofu, banan, kakao, wanilia w proszku)
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, mleko i jego przetwory , jaja, seler	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja	Soja
NORMY DOBOWE: ENERGIA <i>1655 kcal</i> BIAŁKA <i>71,2 g</i> TŁUSZCZE <i>76,1 g</i> WĘGLOWODANY <i>201,8 g</i> BŁONNIK <i>18,8 g</i> KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE <i>35,7 g</i> SÓD <i>1919 mg</i>				

PONIEDZIAŁEK				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHLEB JASNY, MASŁO, PASTA Z MARCHEWKI I JAJKA (marchew, Jaja, jogurt naturalny, musztarda), WĘDLINA, WARZYWA SEZONOWE KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	KOKTAJL Z OWOCÓW LEŚNYCH (maślanka, owoce leśne, banan, płatki owsiane, siemię lniane)	KREM Z POMIDORÓW, FILET Z KURCZAKA W SOSIE BROKUŁOWO-SZPINAKOWYM, KASZA JĘCZMIENNA, SURÓWKA Z BURACZKÓW, KOMPOT BEZ CUKRU OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY, MASŁO, SER ŻÓŁTY, SAŁATA, PŁATKI RYŻOWE Z TWAROŻKIEM TRUSKAWKOWYM (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, truskawki) HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE Z PASTĄ Z AWOKADO (awokado, banan, kakao)
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Gorczyca, Jaja	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	zboża zawierające gluten, seler	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1452 kcal BIAŁKA 67,3 g TŁUSZCZE 52,2 g WĘGLOWODANY 182,85 g BŁONNIK 19,2 g KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONE 18,6 g SÓD 1183,25 mg				

WTOREK				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHLEB JASNY, MASŁO, SEREK TRUSKAWKOWY (twaróg półtłusty, truskawki, jogurt naturalny), OWSIANKA Z PRAŻONYM JABŁKIEM (mleko, płatki owsiane, jabłka prażone, siemię lniane), KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko),	ZIELONY KOKTAJL (szpinak, banan, płatki owsiane, woda, sok jabłkowy)	ZUPA KALAFIOROWA, SPAGHETTI BOLOGNESE, SAŁATKA Z SELEREM NACIOWYM I TARTĄ MARCHEWKĄ, KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY, MASŁO, PAPRYKARZ (marchew, Seler, pietruszka, ryż biały, papryka słodka w proszku), WĘDLINA, WARZYWA SEZONOWE, HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE Z PASTĄ RYBNĄ (ryba pieczona, ser twarogowy półtłusty, jogurt naturalny)
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten,	zboża zawierające gluten, seler	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja, Seler	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Ryba
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1536,75 kcal BIAŁKA 72,3 g TŁUSZCZE 54,08 g WĘGLOWODANY 202,5 g BŁONNIK 20,7 g KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY 16,5 g SÓD 1355,75 mg				

ŚRODA				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHŁEB JASNY, MASŁO, WĘDLINA, JAJA NA TWARDRO, WARZYWA SEZONOWE, KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	KOKTAJL TRUSKAWKOWY (maślanka, truskawki, banan, płatki owsiane, siemię lniane)	ZUPA JARZYNOWA, FILET Z KURCZAKA PIECZONY W SOSIE WŁASNYM, ZIEMNIAKI, MARCHEW BABY, KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHŁEB JASNY, MASŁO, JAJA W SOSIE JOGURTOWYM, SER ŻÓŁTY, WARZYWA SEZONOWE HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE Z PESTO Z BURAKA (burak, nasiona słonecznika, natka pietruszki, oliwa z oliwek)
Zboża zawierające gluten, sezam, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja	
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1452 <i>kcal</i> BIAŁKA 84 <i>g</i> TŁUSZCZE 45,98 <i>g</i> WĘGLOWODANY 156,98 <i>g</i> BŁONNIK 21,08 <i>g</i> KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY 17,7 <i>g</i> SÓD 1896 <i>mg</i>				

CZWARTEK				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHLEB JASNY, MASŁO, SEREK DYNIOWY (dynia puree, twaróg póttłusty, wanilia), SAŁATA, KASZA KUSKUS Z PRAŻONYMI JABŁKAMI I CYNAMONEM, KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	KOKTAJL MALINOWY (maślanka, płatki owsiane, maliny, banan, siemię lniane)	ZUPA RYŻOWA Z PIETRUSZKĄ, GULASZ Z WARZYSKAMI, KASZA JĘCZMIENNA, BUKIET GOTOWANYCH WARZYSK, KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY MASŁO, WĘDLINA, SAŁATKA Z BURAKIEM I JAJKIEM NA ROSZPONCE Z SOSEM JOGURTOWO-TWAROGOWYM, WĘDLINA HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE Z PASTĄ TOFU ZE SZPINAKIEM (tofu, szpinak, olej rzepakowy, czosnek)
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, Seler	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja	Soja
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1497,75 kcal BIAŁKA 57,56 g TŁUSZCZE 49,17 g WĘGLOWODANY 202,81 g BŁONNIK 24,6 g KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY 15,71 g SÓD 1550 mg				

PIĄTEK				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
BUŁKA JASNA, MASŁO, SER ŻÓŁTY, PASTA JAJECZNO- TWAROGOWA, WARZYWA SEZONOWE, KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	KOKTAJL Z BURAKA (burak, sok jabłkowy, siemię lniane, płatki owsiane)	ZUPA KRÓLEWSKA Z BROKUŁEM I SZPINAKIEM, RYBA MIRUNA Z WARZYWAMI PO GRECKU, ZIEMNIAKI, BROKUŁ GOTOWANY, KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY, MASŁO, SER ŻÓŁTY, PASTA Z ZIEMNIAKA I PIETRUSZKI, ROSZPONKA HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE, SER TWAROGOWY, POMIDOR
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja		Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler, Ryba	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1416,75 <i>kcal</i> BIAŁKA 61,28 <i>g</i> TŁUSZCZE 56,33 <i>g</i> WĘGLOWODANY 162,38 <i>g</i> BŁONNIK 20 <i>g</i> KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY 18,08 <i>g</i> SÓD 1565,25 <i>mg</i>				

SOBOTA				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHLEB JASNY, MASŁO, DŻEM TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY, JAGLANKA Z MUSEM OWOCOWYM (mleko, płatki owsiane, truskawki), KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	JOGURT NATURALNY, SOK MARCHEW-JABŁKO- BANAN/BANAN	ZUPA SOLFERINO BEZ WARZYW WZDYMAJĄCYCH, PIECZONA SZYNKA W SOSIE PIECZENIOWYM, KASZA JAGLANA, SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA, KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY, MASŁO, SAŁATKA WARZYWNA (marchew, ziemniak, Seler, pietruszka, Jaja, jogurt naturalny), WĘDLINA, SAŁATA, HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE, SER ŻÓŁTY, POMIDOR
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, Seler	Zboża zawierające gluten, Jaja Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
NORMY DOBOWE: ENERGIA <i>1434,75 kcal</i> BIAŁKA <i>59,03 g</i> TŁUSZCZE <i>47,18 g</i> WĘGLOWODANY <i>193,88 g</i> BŁONNIK <i>18,49 g</i> KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY <i>7 g</i> SÓD <i>1259 mg</i>				

NIEDZIELA				
ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD + PODWIECZOREK	KOLACJA	II KOLACJA
CHLEB JASNY, MASŁO, WĘDLINA, SAŁATKA WIOSENNA (pomidor, sałata, Jaja) Z SOSEM JOGURTOWO-TWAROGOWYM, KAWA ZBOŻOWA (kawa zbożowa, mleko)	JOGURT NATURALNY, SOK MARCHEW-JABŁKO-BANAN	ROSÓŁ DROBIOWY Z MAKARONEM, FILET Z KURCZAKA Z POMIDORAMI I BAZYLIĄ, ZIEMNIAKI, BURACZKI NA CIEPŁO, KOMPOT BEZ CUKRU, OWOC SEZONOWY	CHLEB JASNY, MASŁO, TWAROŻEK SZPINAKOWY (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, szpinak), POMIDOR, SAŁATA, HERBATA ROOIBOS	WAFLE RYŻOWE Z PASTĄ Z TOFU (tofu, banan, wanilia)
Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Jaja	Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Zboża zawierające gluten, Jaja, Mleko i jego przetwory, Seler	Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	Soja
NORMY DOBOWE: ENERGIA 1467 kcal BIAŁKA 76,84 g TŁUSZCZE 54,46 g WĘGLOWODANY 172,69 g BŁONNIK 18,08 g KWASY TŁUSZCZOWE NASYCONY 12 g SÓD 1767 mg				