

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MAWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2023-11-06 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 130g (1) 130g , pasta z ryby gotowanej 50 gr alergen 4,7,10 60g , sałata 30g 30g , Herbata 300ml 300ml , pomidor 70gr. 30g , II Śniadanie: szynka luksusowa 50g alergeny 1,3,6,7,9 50g ,	Jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem 500ml (1,7,9) 500ml , Ziemniaki gotowane 230g 230g , Bitka z piersi kurczaka 80g (1,9) 80g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , Brokuły z wody 200g 230g , Podwieczorek: mus owocowy 200g 200g ,	Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 130g (1) 130g , polędwica drobiowa 30gr.alergen 1,3,6,7,9 30g , Marchew 70g 70g , sałata 30g 30g , Jajo gotowane 1 szt. (3) 50szt , Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml. 300ml , Wafle ryżowe 15g 15g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 259.41 g; Energia: 1968.88 kcal; Woda: 1509.95 g; Białko ogółem: 109.68 g; białko zwierzęce: 66.05 g; białko roślinne: 43.63 g; Tłuszcz: 55.27 g; Węglowodany ogółem: 292.80 g; Sód: 9538.96 mg; Potas: 6174.45 mg; Wapń: 320.74 mg; Witamina C: 253.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2727.10 ug; Błonnik pokarmowy: 38.91 g;		
poniedziałek 2023-11-06 Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
zupa ml. -kasza kukurydziana 400ml. alergen 1,7 400ml (MLE) , Masło 20g (7) 20g , chleb baltonowski 100g (1) 100g , pasta z ryby gotowanej 50 gr alergen 4,7,10 60g , Herbata 300ml 300ml , Pomidor 70g 70g , sałata 30g 30g , Chleb graham 40g (1) 40g ,	Jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem 500ml (1,7,9) 500ml , Ziemniaki gotowane 230g 230g , Wątróbka drobiowa smażona z cebulka 100g alergen 1 100g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Surówka z kapusty białej 200g 200g ,	Herbata 300ml 300ml , chleb baltonowski 100g (1) 100g , Ogórek kiszony 70g 30g , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 40g (1) 40g , sałata 30g 30g , Chleb graham 40g (1) 40g , polędwica drobiowa 50gr.alergen 1,3,6,7,9 30g , Posiłek nocny: sok pomidorowy 300ml. 300ml , Wafle ryżowe 15g 15g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 223.87 g; Energia: 2575.21 kcal; Woda: 1559.37 g; Białko ogółem: 103.69 g; białko zwierzęce: 53.55 g; białko roślinne: 50.14 g; Tłuszcz: 81.34 g; Węglowodany ogółem: 421.62 g; Sód: 9504.97 mg; Potas: 6338.68 mg; Wapń: 710.22 mg; Witamina C: 278.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 12144.68 ug; Błonnik pokarmowy: 39.02 g;		
wtorek 2023-11-07 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 130g (1) 130g , Golonko prasowane drobiowe 50g (1,6,7,9,10) 50g , sałata 30g 30g , Herbata 300ml 300ml , Ogórek kiszony 70g 30g , II Śniadanie: Kisiel z jabłkiem 200ml (1) 200ml ,	Jabłko 200g 200g , Kalafiorowa z ziemniakami 500ml (1,7,9) 500ml , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , Kasza jęczmienna na sypko 230g (1,7) 230g , Sos mięsno-warzywny 200 gr 200g , Podwieczorek: Maślanka 200ml (7) 200ml ,	Herbata 300ml 300ml , Chleb graham 130g (1) 130g , Masło 20g (7) 20g , szynka luksusowa 60g alergeny 1,3,6,7,9 60g , Ćwikła z chrzanem 100g (9) 100g , sałata 10g 10g , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g (7) 1szt ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 137.31 g; Energia: 2307.94 kcal; Woda: 1284.71 g; Białko ogółem: 90.04 g; białko zwierzęce: 47.26 g; białko roślinne: 42.79 g; Tłuszcz: 70.27 g; Węglowodany ogółem: 365.12 g; Sód: 7473.46 mg; Potas: 4284.99 mg; Wapń: 659.66 mg; Witamina C: 115.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1354.26 ug; Błonnik pokarmowy: 40.06 g;		
wtorek 2023-11-07 Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g alergen 1,5,6,7,8,10,11,13 400ml (MLE) , Masło 20g (7) 20g , chleb baltonowski 100g (1) 100g , sałata 30g 10g , Ser żółty 50g alergen 7 50g , Herbata 300ml 300ml , Chleb graham 40g (1) 40g , Ogórek zielony 70g 70g ,	Jabłko 150g 150g , Kalafiorowa z ziemniakami 500ml (1,7,9) 500ml , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Kasza jęczmienna na sypko 230g (1,7) 230g , Sos mięsno-warzywny 200 gr 200g , Podwieczorek: Maślanka 200ml (7) 200ml ,	Herbata 300ml 300ml , chleb baltonowski 100g (1) 100g , Masło 20g (7) 20g , Paszтет drobiowy 60g alergen 1,3,6,7,9 50g , Ćwikła z chrzanem 100g (9) 100g , Chleb graham 40g (1) 40g , sałata 10g 10g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 156.16 g; Energia: 2536.10 kcal; Woda: 1114.32 g; Białko ogółem: 94.78 g; białko zwierzęce: 50.22 g; białko roślinne: 44.56 g; Tłuszcz: 90.01 g; Węglowodany ogółem: 399.40 g; Sód: 7046.06 mg; Potas: 4253.68 mg; Wapń: 1295.95 mg; Witamina C: 115.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1872.95 ug; Błonnik pokarmowy: 35.81 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MAWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-11-08		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 130g (1) 130g , Szyńka gotowana ex 50g 1,3,6,7,9 50g , Pomidor 70g 70g , Herbata 300ml 300ml , Chleb graham 50g (1) 50g , sałata 30g 30g , II Śniadanie: Paszтет drobiowy 50g alergen 1,3,6,7,9 50g , Chleb graham 50g (1) 50g , Masło 10g (7) 10g ,	pomidorowa z makaronem 500ml alergen 1,3,5,6,7,8,10,11,13 500ml , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , pulpet drobiowy got. L 80 gr alergen 1,3,6,7,9,10,11,13 80g , Ryż na sypko 200gr. alergen 7 230g , Buraczki z chrzanem 200g (9) 200g , Sos koperkowy 150 ml. alergen 1,7,9,10 150ml , Podwieczorek: szyńka gotowana 50g 50g , Masło 10g (7) 10g , Chleb graham 50g (1) 50g ,	Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Pasta twarogowa z wędliną 60g 7 60g , sałata 30g 30g , papryka 70g 70g , Posiłek nocny: Kefir 1 szt. 200g (7) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 116.56 g; Energia: 2875.43 kcal; Woda: 959.83 g; Białko ogółem: 105.18 g; białko zwierzęce: 50.35 g; białko roślinne: 54.83 g; Tłuszcz: 116.61 g; Węglowodany ogółem: 389.12 g; Sód: 10278.34 mg; Potas: 3629.73 mg; Wapń: 484.09 mg; Witamina C: 175.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1875.06 ug; Błonnik pokarmowy: 40.97 g;		
środa 2023-11-08		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , chleb baltonowski 100g (1) 100g , parówka na gorąco 100gr. alergen 1,3,6,7,9 100g , Pomidor 70gr. 50g , Herbata 300ml 300ml , Kawa z mlekiem 250ml (1,7) 250ml (MLE), Liść sałaty 30g 35g , Chleb graham 40g (1) 40g , Ketchup 20g (1,9,12) 20g , zupa mleczna z kaszą manną 400g alergen 1,5,6,7,8,10,11,13 400ml (MLE),	pomidorowa z makaronem 400ml alergen 1,3,5,6,7,8,10,11,13 500ml , Ryż na sypko 230gr. 230g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Pulpet drobiowy z warzywami 100g 1,3 100g , Buraczki z chrzanem 200g (9) 200g , Sos koperkowy 150 ml. alergen 1,7,9,10 150ml , Podwieczorek: szyńka gotowana 50g 50g , Masło 10g (7) 10g , Chleb graham 50g (1) 50g ,	Herbata 300ml 300ml , chleb baltonowski 100g (1) 100g , pasta z makreli wędzonej i twarogu 60gr. alergen 4,7 60g , Liść sałaty 30g 35g , Masło 20g (7) 20g , ogórek kiszony 70gr. 30g , Chleb graham 40g (1) 40g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 146.76 g; Energia: 3014.79 kcal; Woda: 961.19 g; Białko ogółem: 114.79 g; białko zwierzęce: 64.25 g; białko roślinne: 50.55 g; Tłuszcz: 116.81 g; Węglowodany ogółem: 434.82 g; Sód: 10113.39 mg; Potas: 4004.84 mg; Wapń: 1002.75 mg; Witamina C: 97.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1626.11 ug; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;		
czwartek 2023-11-09		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 130g (1) 130g , szyńka gotowana 50g 50g , Cwikła z chrzanem 100g (9) 100g , Herbata 300ml 300ml , Zupa mleczna z ryżem 350 ml, alergen 1,5,6,7,8,10,11,13 350ml (MLE), II Śniadanie: Kielbasa krakowska wieprzowa 50g (1,6,7,9,10) 50g , Masło 10g (7) 10g , Chleb graham 50g (1) 50g ,	selerowa 500ml. alergen 1,3,5,6,7,8,10,11,13 500ml , Makaron z sosem mięsno-jarzynowym 300g (1,3,9) 300ml , Cukinia parowana 200g 200g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , Podwieczorek: Kefir 1 szt. 200g (7) 1 szt ,	Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Sos Risotto dietetyczne z fasolką i włoszczyzną 150 gr alergen 1,9,13 200g , Pomidor 70g 70g , sałata 30g 30g , Posiłek nocny: ser fro-mage 100gr. alergen 7 100g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 164.51 g; Energia: 2763.15 kcal; Woda: 1060.75 g; Białko ogółem: 117.49 g; białko zwierzęce: 66.33 g; białko roślinne: 56.58 g; Tłuszcz: 100.81 g; Węglowodany ogółem: 375.73 g; Sód: 8704.58 mg; Potas: 4697.84 mg; Wapń: 735.55 mg; Witamina C: 174.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1789.56 ug; Błonnik pokarmowy: 42.21 g;		
czwartek 2023-11-09		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
Zupa mleczna z ryżem 400g alergen 1,5,6,7,8,10,11,13 400ml (MLE), Masło 20g (7) 20g , chleb baltonowski 100g (1) 100g , ser żółty 30gr. alergen 7 30g , Cwikła z chrzanem 100g (9) 100g , Herbata 300ml 300ml , Kawa z mlekiem 250ml (1,7) 250ml (MLE), Chleb graham 40g (1) 40g , szyńka gotowana 50g 50g ,	selerowa 500ml. alergen 1,3,5,6,7,8,10,11,13 500ml , Łazanki z mięsem wieprzowym i kapustą 300g (1,3,9) 300g , Banan 200g 200g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Podwieczorek: Kefir 1 szt. 200g (7) 1 szt ,	Herbata 300ml 300ml , Masło 10g (7) 10g , chleb baltonowski 100g (1) 100g , Sos Risotto dietetyczne z fasolką i włoszczyzną 150 gr alergen 1,9,13 200g , sałata 30g 30g , Chleb graham 40g (1) 40g , Pomidor 70g 70g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 208.72 g; Energia: 2818.85 kcal; Woda: 1183.54 g; Białko ogółem: 109.55 g; białko zwierzęce: 61.79 g; białko roślinne: 47.76 g; Tłuszcz: 103.85 g; Węglowodany ogółem: 424.74 g; Sód: 7759.75 mg; Potas: 5330.04 mg; Wapń: 1268.98 mg; Witamina C: 137.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1399.72 ug; Błonnik pokarmowy: 36.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MAWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-11-10 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , polędwica drobiowa 30gr.alergen 1,3,6,7,9 30g , Liść sałaty 30g 35g , Herbata 300ml 300ml , Kakao na mleku 300ml (1,7) 300ml (MLE), Ogórek kiszony 70g 30g , Jajo gotowane 1 szt. (3) 50szt , II Śniadanie: Budyń b/c 200ml (1,7) 200ml (MLE),	Koperkowa z ryżem 500ml (1,9) 500ml , Ziemniaki gotowane 200gr. 230g , Ryba mintaj gotowany 80 gr 90g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , Jabłko gotowane 200g 200g , sos grecki 150gr. alergeny 9,10 150g , Podwieczorek: twaróg 50gr. alergeny 7 50g , Masło 10g (7) 10g , Chleb graham 50g (1) 50g ,	sałatka jarzynowa 80g 80g , Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , szynka drobiowa 30 gr alergeny 1,3,6,7,9 30g , Posiłek nocny: Sok z buraków 300 ml 300ml , Wafle ryżowe 15g 15g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 177.65 g; Energia: 2823.04 kcal; Woda: 1530.92 g; Białko ogółem: 118.90 g; białko zwierzęce: 72.40 g; białko roślinne: 46.50 g; Tłuszcz: 100.75 g; Węglowodany ogółem: 401.30 g; Sód: 12532.60 mg; Potas: 5984.91 mg; Wapń: 908.67 mg; Witamina C: 174.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2518.66 ug; Błonnik pokarmowy: 45.05 g;		
piątek 2023-11-10 Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
Kakao na mleku 300ml (1,7) 300ml (MLE), Masło 20g (7) 20g , chleb baltonowski 100g (1) 100g , zupa mle. zacierka na mleku 400ml.alergeny 1,5,6,7,8,10,11,13 400ml (MLE), Ogórek kiszony 70g 30g , Herbata 300ml 300ml , Liść sałaty 30g 35g , polędwica drobiowa 30gr.alergen 1,3,6,7,9 30g , Chleb graham 40g (1) 40g , Jajo gotowane 1 szt. (3) 50szt ,	Koperkowa z ryżem 500ml (1,9) 500ml , Ziemniaki gotowane 230g 230g , Ryba mintaj panierowany 80 gr A 1,3,4,7 80g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Surówka z selera 200 gr alergen 7 200g , sos grecki 150gr. alergeny 9,10 150g , Podwieczorek: Sok z buraków 300 ml 300ml , Wafle ryżowe 15g 15g ,	sałatka jarzynowa 80g 80g , Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , chleb baltonowski 100g (1) 100g , Chleb graham 40g (1) 40g , szynka drobiowa 30 gr alergeny 1,3,6,7,9 30g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 206.23 g; Energia: 3055.88 kcal; Woda: 1489.17 g; Białko ogółem: 111.31 g; białko zwierzęce: 63.01 g; białko roślinne: 48.30 g; Tłuszcz: 132.09 g; Węglowodany ogółem: 424.42 g; Sód: 12161.51 mg; Potas: 6235.31 mg; Wapń: 953.16 mg; Witamina C: 178.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3093.46 ug; Błonnik pokarmowy: 41.46 g;		
sobota 2023-11-11 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Jabłko gotowane 200g 200g , Dżem 80g 80g , Herbata 300ml 300ml , twaróg 50gr.alergeny 7 50g , II Śniadanie: Kefir 1 szt. 200g (7) 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml (1,7,9) 500ml , Makaron z serem B/C 300g (1,3,7) 300g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , Gruszka 150g 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g (7) 1szt ,	Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 150g (1) 150g , Szynka gotowana ex 60g 1,3,6,7,9, 50g , Pomidor 70g 70g , sałata 30g 30g , Posiłek nocny: szynka drobiowa 50 gr alergeny 1,3,6,7,9 50g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 119.71 g; Energia: 2520.61 kcal; Woda: 1156.49 g; Białko ogółem: 97.60 g; białko zwierzęce: 53.34 g; białko roślinne: 44.26 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 411.72 g; Sód: 4922.71 mg; Potas: 3717.80 mg; Wapń: 613.48 mg; Witamina C: 88.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 805.35 ug; Błonnik pokarmowy: 36.83 g;		
sobota 2023-11-11 Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350g alergeny 1,5,6,7,8,10,11,13 400ml (MLE), Masło 20g (7) 20g , chleb baltonowski 100g (1) 100g , Dżem 80g 80g , Jabłko 200g 200g , Herbata 300ml 300ml , Kawa z mlekiem 250ml (1,7) 250ml (MLE), twaróg 50gr. alergeny 7 50g , Chleb graham 40g (1) 40g , Chleb graham 40g (1) 40g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 500ml (1,7,9) 500ml , Makaron z twarogiem 300g (1,3,7) 300g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Gruszka 150g 150g , Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g (7) 1szt ,	Herbata 300ml 300ml , chleb baltonowski 100g (1) 100g , Pomidor 70g 70g , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 40g (1) 40g , sałata 30g 30g , Kiełbasa krakowska wieprzowa 60g (1,6,7,9,10) 60g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 116.51 g; Energia: 2964.26 kcal; Woda: 1025.63 g; Białko ogółem: 107.79 g; białko zwierzęce: 61.08 g; białko roślinne: 46.72 g; Tłuszcz: 86.95 g; Węglowodany ogółem: 496.30 g; Sód: 6121.56 mg; Potas: 4236.20 mg; Wapń: 1102.50 mg; Witamina C: 90.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 968.70 ug; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: MAWiA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2023-11-12		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA MSWiA		
Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 130g (1) 130g , polędwica drobiowa 50g alergen 1,3,6,7,9 50g , Cwikła z chrzanem 100g (9) 100g , Herbata 300ml 300ml , II Śniadanie: serek homogenizowany 150gr. 1szt ,	rosół z makaronem 500ml alergen 7 500ml , Ziemniaki gotowane 230g 230g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) B/C 300ml 300ml , sznycel drobiowy 100 gr alergen 1,3, 100g , Fasolka szparagowa z wody 200g (1,7,9) 200g , Podwieczorek: Jabłko gotowane 200g 200g ,	Herbata 300ml 300ml , Masło 20g (7) 20g , pasta z ryby gotowanej 50 gr alergen 4,7,10 60g , Pomidor 70g 70g , salata 30g 30g , Posiłek nocny: twaróg 50gr. alergen 7 50g , Wafle ryżowe 15g 15g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 192.93 g; Energia: 2158.01 kcal; Woda: 1298.21 g; Białko ogółem: 99.52 g; białko zwierzęce: 62.54 g; białko roślinne: 36.98 g; Tłuszcz: 78.90 g; Węglowodany ogółem: 295.86 g; Sód: 7262.14 mg; Potas: 4763.89 mg; Wapń: 470.62 mg; Witamina C: 155.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1215.04 ug; Błonnik pokarmowy: 36.03 g;		
niedziela 2023-11-12		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA MSWiA		
Zupa mleczna z ryżem 400 ml, alergen 1,5,6,7,8,10,11,13 350ml (MLE), Masło 20g (7) 20g , chleb baltonowski 100g (1) 100g , polędwica drobiowa 50g alergen 1,3,6,7,9 50g , Cwikła z chrzanem 100g (9) 100g , Herbata 300ml 300ml , Kawa z mlekiem 250ml (1,7) 250ml (MLE), Chleb graham 40g (1) 40g ,	rosół z makaronem 500ml alergen 7 500ml , Ziemniaki gotowane 230g 230g , sznycel drobiowy 100 gr alergen 1,3, 100g , Surówka z selera 200 gr alergen 7 200g , Kompot (mieszanka owoców mrożonych) 300ml 300ml , Podwieczorek: Jabłko 200g 200g ,	Herbata 300ml 300ml , chleb baltonowski 100g (1) 100g , paprykarz 50gr. alergen 1,3,6,7,9 50g , Pomidor 70g 70g , Masło 20g (7) 20g , Chleb graham 40g (1) 40g , salata 30g 30g ,
Wartości odżywcze: Odpadki: 234.31 g; Energia: 2660.35 kcal; Woda: 1186.77 g; Białko ogółem: 93.31 g; białko zwierzęce: 46.58 g; białko roślinne: 46.73 g; Tłuszcz: 87.36 g; Węglowodany ogółem: 440.53 g; Sód: 8774.85 mg; Potas: 5356.48 mg; Wapń: 775.54 mg; Witamina C: 138.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1526.84 ug; Błonnik pokarmowy: 39.40 g;		