Fudeko S.A. ul. Spokojna 4, 81-549 Gdynia *Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 03_K_DPS PUCK*

		Sz.Pucki Podstawowa	Sz.Pucki Lekkostrawna	Sz.Pucki Wątrobowa	Sz.Pucki Cukrzycowa	Sz.Pucki Pediatryczna
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Kakao gotowane na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Schab pieczony - wędlina 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g	Kakao gotowane na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 30 g Schab pieczony - wędlina 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g		Kakao gotowane na mleku b/c 250 ml Chleb razowy 120 g Masło 30 g Schab pieczony - wędlina 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g	Kakao gotowane na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Schab pieczony - wędlina 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g
	II Ś					Pomarańcza 1/2szt 100 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z selera z jabłkiem i olejem WN 100 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z selera z jabłkiem i olejem WN 100 g Kompot owocowy 250 ml		Rosół z makaronem 350 ml Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z selera z jabłkiem i olejem WN 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z selera z jabłkiem i olejem WN 100 g Kompot owocowy 250 ml
	P				Pomarańcza 1 szt	Ciasto 50 g
	Kolacja	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g Masło roślinne 20 g Polędwica sopocka wieprzowa 50 g Ser żółty 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g Masło roślinne 20 g Polędwica z kurcząt 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Ser żółty 50 g		Herbata czarna b/c 250 ml Chleb razowy 120 g Masło roślinne 20 g Polędwica z kurcząt 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Ser żółty 50 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g Masło roślinne 20 g Polędwica z kurcząt 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Ser żółty 50 g
		Kcal: 2296.83 kcal; Białko ogółem: 102.40 g; Tłuszcz ogółem: 100.01 g; Węglowodany ogółem: 248.13 g; Kw. tł. nasycone: 34.89 g; Sól: 7.47 g; Sód: 1693.36 mg; Błonnik: 27.93 g; W tym cukry: 59.40 g; WW: 25.00 Por; Potas: 3501.37 mg; Wapń: 906.91 mg; Fosfor: 1286.68 mg; Żelazo: 8.70 mg; Magnez: 276.56 mg;	Kcal: 2177.28 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz ogółem: 99.19 g; Węglowodany ogółem: 250.61 g; Kw. tł. nasycone: 39.36 g; Sól: 7.73 g; Sód: 1647.59 mg; Błonnik: 27.63 g; W tym cukry: 56.50 g; WW: 25.28 Por; Potas: 3254.53 mg; Wapń: 893.05 mg; Fosfor: 1265.67 mg; Żelazo: 8.08 mg; Magnez: 263.73 mg;		Kcal: 2187.88 kcal; Białko ogółem: 105.42 g; Tłuszcz ogółem: 96.70 g; Węglowodany ogółem: 277.62 g; Kw. tł. nasycone: 38.93 g; Sól: 8.16 g; Sód: 1883.29 mg; Błonnik: 40.55 g; W tym cukry: 49.59 g; WW: 27.84 Por; Potas: 3993.73 mg; Wapń: 953.45 mg; Fosfor: 1600.67 mg; Żelazo: 11.72 mg; Magnez: 377.33 mg;	Kcal: 2295.58 kcal; Białko ogółem: 111.74 g; Tłuszcz ogółem: 95.14 g; Węglowodany ogółem: 285.93 g; Kw. tł. nasycone: 35.67 g; Sól: 7.91 g; Sód: 1719.99 mg; Błonnik: 30.24 g; W tym cukry: 69.75 g; WW: 28.79 Por; Potas: 3523.63 mg; Wapń: 939.45 mg; Fosfor: 1328.97 mg; Żelazo: 8.93 mg; Magnez: 281.43 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

		Sz.Pucki Podstawowa	Sz.Pucki Lekkostrawna	Sz.Pucki Wątrobowa	Sz.Pucki Cukrzycowa	Sz.Pucki Pediatryczna
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Pasztet pieczony drobiowy 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Szynka hetmańska 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g		Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 20 g Szynka hetmańska 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Szynka hetmańska 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g
	II Ś					Jabłko 1 szt
	Obiad	Zupa gulaszowa z ziemniakami 350 ml Ziemniaki 200 g Pieczeń rzymska 100 g Sos własny 50 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (WN) 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (WN) 100 g Kompot owocowy 250 ml		Zupa koperkowa z ryżem 350 ml Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (WN) 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml Rolada drobiowa z warzywami (włoszczyzna) duszona 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem (WN) 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos własny 50 ml
	P				Kisiel owocowy b/c 200 ml	Kisiel owocowy 200 ml
	Kolacja	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Ser topiony 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Szynka konserwowa wieprzowa 50 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Serek kanapkowy 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Szynka konserwowa wieprzowa 50 g		Herbata czarna b/c 250 ml Chleb razowy 100 g Masło roślinne 20 g Serek kanapkowy 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Szynka konserwowa wieprzowa 50 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Serek kanapkowy 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Szynka konserwowa wieprzowa 50 g
		Kcal: 2172.13 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz ogółem: 92.45 g; Węglowodany ogółem: 243.67 g; Kw. tł. nasycone: 38.96 g; Sól: 7.63 g; Sód: 1683.63 mg; Błonnik: 25.41 g; W tym cukry: 58.00 g; WW: 24.62 Por; Potas: 3731.40 mg; Wapń: 651.39 mg; Fosfor: 1223.24 mg; Żelazo: 10.50 mg; Magnez: 251.32 mg;	Kcal: 1990.32 kcal; Białko ogółem: 87.44 g; Tłuszcz ogółem: 55.30 g; Węglowodany ogółem: 252.50 g; Kw. tł. nasycone: 34.65 g; Sól: 7.41 g; Sód: 1445.79 mg; Błonnik: 26.31 g; W tym cukry: 56.94 g; WW: 25.44 Por; Potas: 3281.56 mg; Wapń: 517.33 mg; Fosfor: 1029.93 mg; Żelazo: 9.71 mg; Magnez: 243.71 mg;		Kcal: 1782.50 kcal; Białko ogółem: 78.39 g; Tłuszcz ogółem: 51.63 g; Węglowodany ogółem: 231.94 g; Kw. tł. nasycone: 34.08 g; Sól: 7.13 g; Sód: 1404.09 mg; Błonnik: 30.95 g; W tym cukry: 35.58 g; WW: 23.32 Por; Potas: 3484.51 mg; Wapń: 470.38 mg; Fosfor: 1166.90 mg; Żelazo: 11.31 mg; Magnez: 296.71 mg;	Kcal: 2133.45 kcal; Białko ogółem: 88.56 g; Tłuszcz ogółem: 58.48 g; Węglowodany ogółem: 281.39 g; Kw. tł. nasycone: 34.89 g; Sól: 7.47 g; Sód: 1448.96 mg; Błonnik: 29.42 g; W tym cukry: 77.83 g; WW: 28.31 Por; Potas: 3489.46 mg; Wapń: 524.35 mg; Fosfor: 1048.04 mg; Żelazo: 10.23 mg; Magnez: 249.30 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

		Sz.Pucki Podstawowa	Sz.Pucki Lekkostrawna	Sz.Pucki Wątrobowa	Sz.Pucki Cukrzycowa	Sz.Pucki Pediatryczna
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Kiełbasa żywiecka 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Polędwica miodowa drobiowa 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt		Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 20 g Polędwica miodowa drobiowa 80 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Polędwica miodowa drobiowa 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt
	II Ś					Biszkopty 40 g
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml Ryż biały na sypko 150 g Kociołek meksykański z kruczakiem i kukurydzą 180 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 350 ml Ryż biały na sypko 150 g Kompot owocowy 250 ml Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 350 ml Ryż biały na sypko 150 g Kompot owocowy b/c 250 ml Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami (bukiet warzyw) 350 ml Ryż biały na sypko 150 g Kompot owocowy 250 ml Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 80g sos) 180 g
	P				Galaretka owocowa b/c 200 g	Galaretka owocowa 200 g
	Kolacja	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Ser żółty 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Polędwica drobiowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Polędwica drobiowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g Masło roślinne 20 g Polędwica drobiowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Polędwica drobiowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g
		Kcal: 2267.94 kcal; Białko ogółem: 110.58 g; Tłuszcz ogółem: 87.71 g; Węglowodany ogółem: 261.45 g; Kw. tł. nasycone: 40.10 g; Sól: 7.09 g; Sód: 2706.24 mg; Błonnik: 28.59 g; W tym cukry: 48.80 g; WW: 26.27 Por; Potas: 3223.13 mg; Wapń: 1129.59 mg; Fosfor: 1650.25 mg; Żelazo: 11.23 mg; Magnez: 294.67 mg;	Kcal: 1943.37 kcal; Białko ogółem: 91.13 g; Tłuszcz ogółem: 61.78 g; Węglowodany ogółem: 248.52 g; Kw. tł. nasycone: 26.86 g; Sól: 7.96 g; Sód: 1286.86 mg; Błonnik: 24.84 g; W tym cukry: 51.21 g; WW: 25.07 Por; Potas: 2776.41 mg; Wapń: 488.97 mg; Fosfor: 1051.45 mg; Żelazo: 8.10 mg; Magnez: 222.14 mg;		Kcal: 1968.47 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz ogółem: 59.80 g; Węglowodany ogółem: 279.73 g; Kw. tł. nasycone: 26.59 g; Sól: 8.83 g; Sód: 1700.56 mg; Błonnik: 37.95 g; W tym cukry: 29.40 g; WW: 28.14 Por; Potas: 3199.16 mg; Wapń: 473.02 mg; Fosfor: 1392.42 mg; Żelazo: 12.08 mg; Magnez: 339.54 mg;	Kcal: 2106.57 kcal; Białko ogółem: 94.97 g; Tłuszcz ogółem: 63.50 g; Węglowodany ogółem: 251.67 g; Kw. tł. nasycone: 26.86 g; Sól: 8.09 g; Sód: 1286.86 mg; Błonnik: 25.68 g; W tym cukry: 51.21 g; WW: 25.40 Por; Potas: 2776.41 mg; Wapń: 488.97 mg; Fosfor: 1051.45 mg; Żelazo: 8.10 mg; Magnez: 222.14 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

		Sz.Pucki Podstawowa	Sz.Pucki Lekkostrawna	Sz.Pucki Wątrobowa	Sz.Pucki Cukrzycowa	Sz.Pucki Pediatryczna
2026-10-14 środa	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Kurczak w galarecie - wędlina 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Ser żółty 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g		Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 20 g Ser żółty 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Ser żółty 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g
	II Ś					Melon żółty 100 g
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml Zraz wieprzowy ze schabu 100 Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 200 g Kapusta czerwona zasmażana 100 g	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350 ml Ziemniaki 200 g Zraz wieprzowy ze schabu 100 Kompot owocowy 250 ml Kapusta czerwona zasmażana 100 g		Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350 ml Ziemniaki 200 g Zraz wieprzowy ze schabu 100 Kompot owocowy b/c 250 ml Kapusta czerwona zasmażana 100 g	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350 ml Zraz wieprzowy ze schabu 100 Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml Kapusta czerwona zasmażana 100 g
	P				Budyń waniliowy 200 ml	
	Kolacja	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Pasztetowa 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Kiełbasa żywiecka 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Kiełbasa żywiecka 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata b/c 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Kiełbasa żywiecka 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Kiełbasa żywiecka 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g
		Kcal: 1942.70 kcal; Białko ogółem: 77.53 g; Tłuszcz ogółem: 78.68 g; Węglowodany ogółem: 231.95 g; Kw. tł. nasycone: 31.77 g; Sól: 7.90 g; Sód: 2186.43 mg; Błonnik: 25.57 g; W tym cukry: 53.12 g; WW: 23.43 Por; Potas: 3635.78 mg; Wapń: 509.34 mg; Fosfor: 1039.88 mg; Żelazo: 13.13 mg; Magnez: 256.00 mg;	Kcal: 2118.97 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz ogółem: 87.97 g; Węglowodany ogółem: 233.63 g; Kw. tł. nasycone: 39.77 g; Sól: 7.30 g; Sód: 2633.85 mg; Błonnik: 26.79 g; W tym cukry: 52.85 g; WW: 23.63 Por; Potas: 3871.96 mg; Wapń: 1183.24 mg; Fosfor: 1457.55 mg; Żelazo: 10.66 mg; Magnez: 282.85 mg;		Kcal: 2096.90 kcal; Białko ogółem: 102.01 g; Tłuszcz ogółem: 89.23 g; Węglowodany ogółem: 230.44 g; Kw. tł. nasycone: 41.16 g; Sól: 7.35 g; Sód: 2688.40 mg; Błonnik: 29.02 g; W tym cukry: 48.34 g; WW: 23.29 Por; Potas: 4255.61 mg; Wapń: 1351.74 mg; Fosfor: 1692.11 mg; Żelazo: 11.60 mg; Magnez: 330.65 mg;	Kcal: 2279.20 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz ogółem: 91.48 g; Węglowodany ogółem: 258.30 g; Kw. tł. nasycone: 41.69 g; Sól: 7.51 g; Sód: 2717.90 mg; Błonnik: 26.79 g; W tym cukry: 67.84 g; WW: 26.11 Por; Potas: 4154.06 mg; Wapń: 1403.29 mg; Fosfor: 1641.55 mg; Żelazo: 10.86 mg; Magnez: 306.85 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Fudeko S.A. ul. Spokojna 4, 81-549 Gdynia *Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 03_K_DPS PUCK*

		Sz.Pucki Podstawowa	Sz.Pucki Lekkostrawna	Sz.Pucki Wątrobowa	Sz.Pucki Cukrzycowa	Sz.Pucki Pediatryczna
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły 120 g Masło 20 g Salceson 80 g Dżem szt - 25g 1 szt Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły 120 g Masło 30 g Szynka gotowana - wędlina 100 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 30 g Szynka gotowana - wędlina 100 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml Chleb razowy 120 g Masło 30 g Szynka gotowana - wędlina 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły 120 g Masło 20 g Szynka gotowana - wędlina 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt
	II Ś					Biszkopty 40 g
	Obiad	Zupa owocowa z makaronem 350 ml Ziemniaki 200 g Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 180 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350 ml Makaron w sosie pieczarkowym 300 g Kompot owocowy 250 ml		Zupa marchewkowa z ziemniakami 350 ml Makaron w sosie pieczarkowym 300 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350 ml Kompot owocowy 250 ml Makaron w sosie pieczarkowym 300 g
	P				Koktajl truskawkowy b/c 200 ml	Koktajl owocowy 200 ml
	Kolacja	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły 120 g Masło roślinne 20 g Szynka konserwowa wieprzowa 80 g Ser topiony 25 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły 120 g Masło roślinne 20 g Ser topiony 25 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Polędwica miodowa drobiowa 50 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Ser topiony 25 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Polędwica miodowa drobiowa 50 g	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb razowy 120 g Masło roślinne 30 g Ser topiony 25 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Polędwica miodowa drobiowa 50 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły 120 g Masło roślinne 20 g Ser topiony 25 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Polędwica miodowa drobiowa 50 g
		Kcal: 2369.73 kcal; Białko ogółem: 100.09 g; Tłuszcz ogółem: 105.92 g; Węglowodany ogółem: 259.99 g; Kw. tł. nasycone: 36.58 g; Sól: 8.10 g; Sód: 2117.02 mg; Błonnik: 24.46 g; W tym cukry: 57.15 g; WW: 26.31 Por; Potas: 3194.81 mg; Wapń: 543.56 mg; Fosfor: 1449.00 mg; Żelazo: 29.99 mg; Magnez: 228.34 mg;	Kcal: 2063.11 kcal; Białko ogółem: 64.22 g; Tłuszcz ogółem: 71.54 g; Węglowodany ogółem: 194.49 g; Kw. tł. nasycone: 35.39 g; Sól: 7.48 g; Sód: 1367.26 mg; Błonnik: 25.62 g; W tym cukry: 49.91 g; WW: 19.60 Por; Potas: 2345.59 mg; Wapń: 568.70 mg; Fosfor: 921.79 mg; Żelazo: 6.99 mg; Magnez: 182.64 mg;		Kcal: 2125.71 kcal; Białko ogółem: 66.81 g; Tłuszcz ogółem: 78.49 g; Węglowodany ogółem: 208.13 g; Kw. tł. nasycone: 40.10 g; Sól: 7.94 g; Sód: 1507.26 mg; Błonnik: 34.59 g; W tym cukry: 30.04 g; WW: 20.89 Por; Potas: 2667.44 mg; Wapń: 550.75 mg; Fosfor: 1152.86 mg; Żelazo: 9.94 mg; Magnez: 266.64 mg;	Kcal: 2290.86 kcal; Białko ogółem: 77.04 g; Tłuszcz ogółem: 68.96 g; Węglowodany ogółem: 215.66 g; Kw. tł. nasycone: 32.48 g; Sól: 7.86 g; Sód: 1366.91 mg; Błonnik: 27.36 g; W tym cukry: 57.74 g; WW: 21.69 Por; Potas: 2409.69 mg; Wapń: 580.15 mg; Fosfor: 933.09 mg; Żelazo: 7.33 mg; Magnez: 187.54 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Fudeko S.A. ul. Spokojna 4, 81-549 Gdynia *Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 03_K_DPS PUCK*

		Sz.Pucki Podstawowa	Sz.Pucki Lekkostrawna	Sz.Pucki Wątrobowa	Sz.Pucki Cukrzycowa	Sz.Pucki Pediatryczna
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Ser żółty 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Serek kanapkowy 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Szynka z indykiem 50 g		Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml Chleb razowy 120 g Masło 30 g Serek kanapkowy 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Szynka z indykiem 50 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Serek kanapkowy 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Szynka z indykiem 50 g
	II Ś					Jabłko 1 szt
	Obiad	Zupa serowa z makaronem 350 ml Ryba smażona w panierce (miruna) 100 g Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z kiszonej kapusty z marchewką z olejem WN 100 g	Zupa ziemniaczana 350 ml Jajko got. na twardo kl.L 2 szt Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml Jajko got. na twardo kl.L 2 szt Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml Sos koperkowy 50 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml Jajko got. na twardo kl.L 2 szt Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem WN 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 50 ml
	P				Jabłko 1 szt	Kisiel owocowy 200 ml
	Kolacja	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g Masło roślinne 20 g Pasta z makreli 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g Masło roślinne 20 g Pasta twarogowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g		Herbata czarna b/c 250 ml Chleb razowy 120 g Masło roślinne 20 g Pasta twarogowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g Masło roślinne 20 g Pasta twarogowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g
		Kcal: 2472.09 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz ogółem: 111.50 g; Węglowodany ogółem: 260.68 g; Kw. tł. nasycone: 39.70 g; Sól: 8.23 g; Sód: 3108.02 mg; Błonnik: 25.74 g; W tym cukry: 48.40 g; WW: 26.18 Por; Potas: 2989.04 mg; Wapń: 1189.66 mg; Fosfor: 1380.07 mg; Żelazo: 8.66 mg; Magnez: 242.51 mg;	Kcal: 2138.07 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz ogółem: 56.38 g; Węglowodany ogółem: 245.36 g; Kw. tł. nasycone: 50.92 g; Sól: 5.83 g; Sód: 1568.31 mg; Błonnik: 26.62 g; W tym cukry: 58.80 g; WW: 24.76 Por; Potas: 3691.79 mg; Wapń: 626.03 mg; Fosfor: 1120.65 mg; Żelazo: 8.15 mg; Magnez: 247.55 mg;		Kcal: 2210.17 kcal; Białko ogółem: 75.95 g; Tłuszcz ogółem: 62.76 g; Węglowodany ogółem: 269.92 g; Kw. tł. nasycone: 56.06 g; Sól: 6.22 g; Sód: 1789.91 mg; Błonnik: 38.69 g; W tym cukry: 51.44 g; WW: 27.15 Por; Potas: 4180.24 mg; Wapń: 606.08 mg; Fosfor: 1373.51 mg; Żelazo: 11.44 mg; Magnez: 336.95 mg;	Kcal: 2241.50 kcal; Białko ogółem: 80.77 g; Tłuszcz ogółem: 56.98 g; Węglowodany ogółem: 270.59 g; Kw. tł. nasycone: 50.98 g; Sól: 5.84 g; Sód: 1571.36 mg; Błonnik: 29.62 g; W tym cukry: 79.67 g; WW: 27.27 Por; Potas: 3892.89 mg; Wapń: 632.08 mg; Fosfor: 1134.15 mg; Żelazo: 8.60 mg; Magnez: 252.05 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

		Sz.Pucki Podstawowa	Sz.Pucki Lekkostrawna	Sz.Pucki Wątrobowa	Sz.Pucki Cukrzycowa	Sz.Pucki Pediatryczna
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Polędwica miodowa drobiowa 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g			Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml Chleb razowy 120 g Masło 20 g Polędwica miodowa drobiowa 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kakao gotowane na mleku 250 ml Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Szynka drobiowa śniadaniowa 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g
	II Ś					Banan 1/2 szt 100 g
	Obiad	Zupa kapuśniak z białej kapusty 350 ml Makaron z sosem myśliwskim i kiełbasą 300 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml Makaron z truskawkami i śmietaną 300 g Kompot owocowy 250 ml		Zupa koperkowa z ryżem 350 ml Makaron z truskawkami i śmietaną 300 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml Makaron z truskawkami i śmietaną 300 g Kompot owocowy 250 ml
	P				Jogurt naturalny 150g 1 szt	
	Kolacja	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Szynka konserwowa wieprzowa 80 g			Herbata czarna b/c 250 ml Chleb razowy 100 g Masło roślinne 20 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Szynka konserwowa wieprzowa 80 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Szynka konserwowa wieprzowa 80 g
		Kcal: 1884.71 kcal; Białko ogółem: 81.46 g; Tłuszcz ogółem: 61.38 g; Węglowodany ogółem: 251.37 g; Kw. tł. nasycone: 25.35 g; Sól: 9.19 g; Sód: 1846.47 mg; Błonnik: 22.76 g; W tym cukry: 51.61 g; WW: 25.33 Por; Potas: 2496.61 mg; Wapń: 467.31 mg; Fosfor: 794.70 mg; Żelazo: 8.09 mg; Magnez: 211.75 mg;	Kcal: 1881.85 kcal; Białko ogółem: 64.47 g; Tłuszcz ogółem: 55.50 g; Węglowodany ogółem: 278.22 g; Kw. tł. nasycone: 27.31 g; Sól: 7.40 g; Sód: 1111.73 mg; Błonnik: 22.84 g; W tym cukry: 57.93 g; WW: 27.97 Por; Potas: 1580.15 mg; Wapń: 480.53 mg; Fosfor: 633.10 mg; Żelazo: 6.21 mg; Magnez: 146.26 mg;		Kcal: 1774.35 kcal; Białko ogółem: 60.60 g; Tłuszcz ogółem: 54.67 g; Węglowodany ogółem: 270.86 g; Kw. tł. nasycone: 26.80 g; Sól: 7.45 g; Sód: 1160.63 mg; Błonnik: 29.19 g; W tym cukry: 35.20 g; WW: 27.15 Por; Potas: 1809.30 mg; Wapń: 441.58 mg; Fosfor: 810.87 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 212.26 mg;	Kcal: 2155.26 kcal; Białko ogółem: 69.19 g; Tłuszcz ogółem: 68.22 g; Węglowodany ogółem: 313.49 g; Kw. tł. nasycone: 27.12 g; Sól: 7.44 g; Sód: 1124.51 mg; Błonnik: 24.25 g; W tym cukry: 86.45 g; WW: 31.51 Por; Potas: 2068.43 mg; Wapń: 497.15 mg; Fosfor: 680.74 mg; Żelazo: 7.14 mg; Magnez: 198.06 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

		Sz.Pucki Podstawowa	Sz.Pucki Lekkostrawna	Sz.Pucki Wątrobowa	Sz.Pucki Cukrzycowa	Sz.Pucki Pediatryczna
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Kakao gotowane na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Schab pieczony - wędlina 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g	Kakao gotowane na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 30 g Schab pieczony - wędlina 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g		Kakao gotowane na mleku b/c 250 ml Chleb razowy 120 g Masło 30 g Schab pieczony - wędlina 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g	Kakao gotowane na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Schab pieczony - wędlina 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajecznica ze szczypiorkiem 100 g
	II Ś					Melon żółty 100 g
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml Kotlet schabowy smażony w panierce 100 g Ziemniaki 200 g Mizeria z jogurtem 100 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Schab gotowany na parze 100 g Ziemniaki 200 g Mizeria z jogurtem 100 g Kompot owocowy 250 ml		Rosół z makaronem 350 ml Schab gotowany na parze 100 g Ziemniaki 200 g Mizeria z jogurtem 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Schab gotowany na parze 100 g Ziemniaki 200 g Mizeria z jogurtem 100 g Kompot owocowy 250 ml
	P				Truskawki 80 g	Ciasto 50 g
	Kolacja	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g Masło roślinne 20 g Polędwica sopocka wieprzowa 50 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g Masło roślinne 20 g Polędwica z kurcząt 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g		Herbata czarna b/c 250 ml Chleb razowy 120 g Masło roślinne 20 g Polędwica z kurcząt 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g Masło roślinne 20 g Polędwica z kurcząt 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g
		Kcal: 2080.84 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz ogółem: 75.33 g; Węglowodany ogółem: 259.30 g; Kw. tł. nasycone: 28.66 g; Sól: 6.37 g; Sód: 1210.60 mg; Błonnik: 23.55 g; W tym cukry: 52.51 g; WW: 26.11 Por; Potas: 3066.20 mg; Wapń: 465.59 mg; Fosfor: 936.69 mg; Żelazo: 8.37 mg; Magnez: 234.32 mg;	Kcal: 1958.24 kcal; Białko ogółem: 88.73 g; Tłuszcz ogółem: 85.30 g; Węglowodany ogółem: 242.83 g; Kw. tł. nasycone: 33.80 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1108.78 mg; Błonnik: 22.26 g; W tym cukry: 52.66 g; WW: 24.48 Por; Potas: 2984.04 mg; Wapń: 463.52 mg; Fosfor: 896.12 mg; Żelazo: 7.90 mg; Magnez: 224.53 mg;		Kcal: 1901.24 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz ogółem: 82.73 g; Węglowodany ogółem: 253.32 g; Kw. tł. nasycone: 33.35 g; Sól: 6.71 g; Sód: 1339.28 mg; Błonnik: 32.82 g; W tym cukry: 32.99 g; WW: 25.48 Por; Potas: 3463.64 mg; Wapń: 478.72 mg; Fosfor: 1205.12 mg; Żelazo: 11.30 mg; Magnez: 322.13 mg;	Kcal: 2062.54 kcal; Białko ogółem: 93.21 g; Tłuszcz ogółem: 81.05 g; Węglowodany ogółem: 274.85 g; Kw. tł. nasycone: 30.09 g; Sól: 6.47 g; Sód: 1178.18 mg; Błonnik: 22.97 g; W tym cukry: 57.21 g; WW: 27.69 Por; Potas: 3070.14 mg; Wapń: 476.92 mg; Fosfor: 936.42 mg; Żelazo: 8.35 mg; Magnez: 230.23 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

		Sz.Pucki Podstawowa	Sz.Pucki Lekkostrawna	Sz.Pucki Wątrobowa	Sz.Pucki Cukrzycowa	Sz.Pucki Pediatryczna
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Metka 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Szynka hetmańska 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g		Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 20 g Szynka hetmańska 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Szynka hetmańska 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g
	II Ś					Jabłko 1 szt
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Łazanki z kapusty białej i kiszonej z pieczarkami 300 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml Sos własny 50 ml Udko duszone 100 g Marchewka z groszkiem duszona 100 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Ziemniaki 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml Sos własny 50 ml Udko duszone 100 g Marchewka z groszkiem duszona 100 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Ziemniaki 200 g Kompot owocowy 250 ml Udko duszone 100 g Sos własny 50 ml Marchewka z groszkiem duszona 100 g
	P				Koktajl owocowy 200 ml	
	Kolacja	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Ser topiony 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Ser żółty 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g		Herbata czarna b/c 250 ml Chleb razowy 100 g Masło roślinne 20 g Ser żółty 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Ser żółty 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g
		Kcal: 2059.47 kcal; Białko ogółem: 66.55 g; Tłuszcz ogółem: 99.12 g; Węglowodany ogółem: 224.44 g; Kw. tł. nasycone: 43.89 g; Sól: 6.48 g; Sód: 2142.03 mg; Błonnik: 26.42 g; W tym cukry: 54.34 g; WW: 22.54 Por; Potas: 2582.18 mg; Wapń: 878.55 mg; Fosfor: 1301.12 mg; Żelazo: 7.92 mg; Magnez: 198.98 mg;	Kcal: 1990.83 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz ogółem: 76.35 g; Węglowodany ogółem: 237.34 g; Kw. tł. nasycone: 35.49 g; Sól: 7.39 g; Sód: 2008.53 mg; Błonnik: 27.50 g; W tym cukry: 51.82 g; WW: 23.99 Por; Potas: 3633.65 mg; Wapń: 1140.83 mg; Fosfor: 1401.28 mg; Żelazo: 9.17 mg; Magnez: 273.77 mg;		Kcal: 1929.48 kcal; Białko ogółem: 90.19 g; Tłuszcz ogółem: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 235.92 g; Kw. tł. nasycone: 37.49 g; Sól: 7.37 g; Sód: 1967.38 mg; Błonnik: 33.04 g; W tym cukry: 37.02 g; WW: 23.77 Por; Potas: 3903.20 mg; Wapń: 1106.93 mg; Fosfor: 1550.75 mg; Żelazo: 11.11 mg; Magnez: 331.77 mg;	Kcal: 2220.78 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz ogółem: 80.90 g; Węglowodany ogółem: 276.73 g; Kw. tł. nasycone: 38.11 g; Sól: 7.66 g; Sód: 2012.08 mg; Błonnik: 31.40 g; W tym cukry: 74.26 g; WW: 27.89 Por; Potas: 3901.25 mg; Wapń: 1159.88 mg; Fosfor: 1427.28 mg; Żelazo: 9.97 mg; Magnez: 283.27 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

		Sz.Pucki Podstawowa	Sz.Pucki Lekkostrawna	Sz.Pucki Wątrobowa	Sz.Pucki Cukrzycowa	Sz.Pucki Pediatryczna
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Kiełbasa żywiecka 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Polędwica miodowa drobiowa 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt		Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 20 g Polędwica miodowa drobiowa 80 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Kawa zbożowa na mleku 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło 20 g Polędwica miodowa drobiowa 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g Jajko got. na twardo kl.L 1 szt
	II Ś					Biszkopty 40 g
	Obiad	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 350 ml Kasza gryczana 200 g Gulasz Strogonow (mięso 100g, sos 80g) 180 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krem z białych warzyw 350 ml Ryż biały na sypko 200 g Kompot owocowy 250 ml Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ananasem 180 g		Zupa krem z białych warzyw 350 ml Ryż biały na sypko 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ananasem 180 g	Zupa krem z białych warzyw 350 ml Ryż biały na sypko 200 g Kompot owocowy 250 ml Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ananasem 180 g
	P				Jogurt naturalny 150g 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt
	Kolacja	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Szynka staropolska 80 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Polędwica drobiowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata czarna z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Polędwica drobiowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g Masło roślinne 20 g Polędwica drobiowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły (pszenno-żytni) 120 g Masło roślinne 20 g Polędwica drobiowa 100 g Mix warzyw (sałata, pomidor) 100 g
		Kcal: 2143.03 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz ogółem: 82.28 g; Węglowodany ogółem: 238.40 g; Kw. tł. nasycone: 34.74 g; Sól: 7.45 g; Sód: 1959.76 mg; Błonnik: 26.22 g; W tym cukry: 50.67 g; WW: 23.93 Por; Potas: 3175.03 mg; Wapń: 488.99 mg; Fosfor: 1301.64 mg; Żelazo: 11.46 mg; Magnez: 366.93 mg;	Kcal: 2049.82 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz ogółem: 60.28 g; Węglowodany ogółem: 271.40 g; Kw. tł. nasycone: 25.51 g; Sól: 10.25 g; Sód: 1260.45 mg; Błonnik: 26.42 g; W tym cukry: 60.22 g; WW: 27.39 Por; Potas: 2959.14 mg; Wapń: 488.33 mg; Fosfor: 1092.56 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 243.85 mg;		Kcal: 2123.32 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz ogółem: 60.80 g; Węglowodany ogółem: 304.76 g; Kw. tł. nasycone: 25.24 g; Sól: 11.21 g; Sód: 1674.15 mg; Błonnik: 39.53 g; W tym cukry: 38.41 g; WW: 30.63 Por; Potas: 3381.89 mg; Wapń: 472.38 mg; Fosfor: 1433.52 mg; Żelazo: 11.82 mg; Magnez: 361.25 mg;	Kcal: 2291.42 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz ogółem: 64.50 g; Węglowodany ogółem: 286.40 g; Kw. tł. nasycone: 27.11 g; Sól: 10.48 g; Sód: 1260.45 mg; Błonnik: 27.26 g; W tym cukry: 60.22 g; WW: 28.89 Por; Potas: 2959.14 mg; Wapń: 488.33 mg; Fosfor: 1092.56 mg; Żelazo: 7.84 mg; Magnez: 243.85 mg;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Fudeko S.A.
ul. Spokojna 4, 81-549 Gdynia

Oznaczenia wskaźników odż.:

Kcal - Wartość energetyczna[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem,
Tłuszcz ogółem - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Wapń - Wapń,
Fosfor - Fosfor,
Magnez - Magnez,
Żelazo - Żelazo,
Kw. tł. nasycone - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
WW - WW,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,
W tym cukry - suma cukrów prostych,