

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-06 do dnia 2024-07-15 07_K_WARSZAWA CENTRALNA

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-07-06 sobota	Otwork Podstawowa	Zupa ml. z kaszą manną 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 30 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Parówki drobiowe 100 g (SOJ) Ogórek świeży 100 g Sałata masłowa 10 g Ketchup 20 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (S02) Makaron świderki 200 g (GLU, JAJ) Sos bolognese z mięsem mielonym 200 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Polędwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Pasta z jajka z zieleniną 50 g (JAJ, GOR) Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 716,1 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 395,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Sód [mg] 2 053,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 108,2 WW [Por] 39,7
	Otwork Lekkostrawna	Zupa ml. z kaszą manną 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Bułka kajzerka 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Parówki drobiowe 100 g (SOJ) Ketchup 20 g Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (S02) Sos bolognese z mięsem mielonym 200 g Makaron świderki 200 g (GLU, JAJ) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Polędwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Pasta z jajka z zieleniną 50 g (JAJ, GOR) Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 744 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 395 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Sód [mg] 1 679,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 108,1 WW [Por] 39,7
	Otwork Cukrzycowa	Zupa ml. z kaszą manną 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 90 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Parówki drobiowe 100 g (SOJ) Ketchup 20 g Ogórek świeży 100 g Sałata masłowa 10 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 350 ml (S02) Sos bolognese z mięsem mielonym 200 g Makaron świderki 200 g (GLU, JAJ) Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Kanapka z chleba razowego - wydawana przy kolacji 45 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 110 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Polędwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Pasta z jajka z zieleniną 50 g (JAJ, GOR) Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 883,1 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 418,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Sód [mg] 2 301,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 109,4 WW [Por] 42

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-06 do dnia 2024-07-15 07_K_WARSZAWA CENTRALNA

2024-07-07 niedziela	Otwork Podstawowa	Zupa ml. z płatkami kukurydzianymi 350 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Bułka kajzerka 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa 50 g Sałatka z pomidora z cebulą 100 g Sałata masłowa 10 g		Zupa zacierkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, S02) Kotlet mielony smażony 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Kompot owocowy 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ) Surówka wiosenna (sałata, rzodkiewka, ogórek św) z sosem jogurtowo-koperkowym 150 g (MLE)		Herbata b/c 300 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g Szynka dębowa 50 g Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 361,7 Białko ogółem [g] 128,3 Tłuszcz [g] 106,7 Węglowodany ogółem [g] 448 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Sód [mg] 2 456,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 107,6 WW [Por] 45
	Otwork Lekkostrawna	Zupa ml. z płatkami kukurydzianymi 350 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Bułka kajzerka 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Szynka konserwowa drobiowa 50 g Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g		Zupa zacierkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, S02) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Sałata z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ)		Herbata b/c 300 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g Szynka dębowa 50 g Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 161,9 Białko ogółem [g] 127,3 Tłuszcz [g] 87,4 Węglowodany ogółem [g] 440,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Sód [mg] 2 423,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 106,6 WW [Por] 44,3
	Otwork Cukrzycowa	Zupa ml. z płatkami kukurydzianymi 350 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 90 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szynka konserwowa drobiowa 50 g Ser żółty 50 g (MLE) Sałatka z pomidora z cebulą 100 g Sałata masłowa 10 g	Kanapka z chleba razowego 45 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Zupa zacierkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, S02) Kotlet mielony smażony 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Kompot owocowy 250 ml Surówka wiosenna (sałata, rzodkiewka, ogórek św) z sosem jogurtowo-koperkowym 150 g (MLE)	Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ)	Herbata b/c 300 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 110 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g Szynka dębowa 50 g Sałatka ryżowa z ogórkiem i kukurydzą 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 445,9 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 110,9 Węglowodany ogółem [g] 467,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Sód [mg] 2 939,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 110,2 WW [Por] 45,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-06 do dnia 2024-07-15 07_K_WARSZAWA CENTRALNA

2024-07-08 poniedziałek	Otrock Podstawowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 60 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szyńka z piersią indyczą 50 g Twaróg 50 (MLE) Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej 100 g Cebula duszona 20 g Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 150 Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Kielbasa na ciepło 100 g Ketchup 20 g Sałatka szwedzka 100 g (GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 650,6 Białko ogółem [g] 115,1 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 359,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Sód [mg] 2 534,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 118,4 WW [Por] 36,1
	Otrock Lekkostrawna	Zupa ml. z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 90 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szyńka z piersią indyczą 50 g Twaróg 50 (MLE) Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej 100 g Sos własny 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Kalafior gotowany na parze 150 Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Parówki drobiowe 100 g (SOJ) Ketchup 20 g Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 605 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 361,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Sód [mg] 2 018,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 107,9 WW [Por] 36,4
	Otrock Cukrzycowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb razowy 90 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Twaróg 50 (MLE) Szyńka z piersią indyczą 50 g Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g	Jabłko 150	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (MLE) Bitka z szynki wieprzowej 100 g Sos własny 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 150 Kompot owocowy 250 ml	Kanapka z chleba razowego - wydawana przy kolacji 45 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb razowy 110 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Kielbasa na ciepło 100 g Ketchup 20 g Sałatka szwedzka 100 (GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 841,7 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 391,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Sód [mg] 2 914,3 Błonnik pokarmowy [g] 42,7 suma cukrów prostych [g] 132,6 WW [Por] 39,3

2024-07-09 wtorek	Otwork Podstawowa	Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 30 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Polędwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Salceson bawarski 50 g (SOJ) Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g		Zupa krupnik ryżowy 350 Gulasz wieprzowy 200 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty i marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szynka drobiowa śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, GOR) Pasta z jajka 50 g (JAJ, GOR) Ogórek konserwowy 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 556,1 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 371,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Sód [mg] 1 881 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 103,6 WW [Por] 37,1
	Otwork Lekkostrawna	Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 90 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Polędwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Salceson bawarski 50 g (SOJ) Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g		Zupa krupnik ryżowy 350 Gulasz wieprzowy 200 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane - MIĘKKIE 150 g Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szynka drobiowa śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, GOR) Pasta z jajka 50 g (JAJ, GOR) Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 495,8 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 57,5 Węglowodany ogółem [g] 371,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Sód [mg] 1 519,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 105,7 WW [Por] 37,3
	Otwork Cukrzycowa	Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 90 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Salceson bawarski 50 g (SOJ) Polędwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Zupa krupnik ryżowy 350 Gulasz wieprzowy 200 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty i marchewki 150 g Kompot owocowy 250 ml	Kanapka z chleba razowego - wydawana przy kolacji 45 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 110 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szynka drobiowa śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, GOR) Pasta z jajka 50 g (JAJ, GOR) Ogórek konserwowy 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 723,1 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 394 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Sód [mg] 2 129,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 104,8 WW [Por] 39,4

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-06 do dnia 2024-07-15 07_K_WARSZAWA CENTRALNA

2024-07-10 środa	Otwork Podstawowa	Zupa ml. z kaszą manną 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 30 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szyńka z piersią indyczą 50 g Baleron 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Ogórek świeży 100 g Sałata masłowa 10 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350 (MLE, S02) Kopytka ziemniaczane 200 g (GLU, JAJ) Sos pieczarkowy 100 ml (GLU) Surówka z białej rzodkiewki z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szyńka miczałowej 50 g (GLU) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Rzodkiewka biała tarta 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 310,6 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 40,9 Węglowodany ogółem [g] 380,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Sód [mg] 1 229,3 Błonnik pokarmowy [g] 30 suma cukrów prostych [g] 108,7 WW [Por] 38,3
	Otwork Lekkostrawna	Zupa ml. z kaszą manną 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 90 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szyńka z piersią indyczą 50 g Baleron 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Kopytka ziemniaczane z masłem 200 g (GLU, JAJ, MLE) Dyńa duszona 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szyńka miczałowej 50 g (GLU) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 314,3 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 45,1 Węglowodany ogółem [g] 372,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Sód [mg] 1 177,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 108,2 WW [Por] 37,5
	Otwork Cukrzycowa	Zupa ml. z kaszą manną 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 90 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szyńka z piersią indyczą 50 g Baleron 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Ogórek świeży 100 g Sałata masłowa 10 g	Banan 100 g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Kopytka ziemniaczane 200 g (GLU, JAJ) Sos pieczarkowy 100 ml (GLU) Surówka z białej rzodkiewki z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml	Kanapka z chleba razowego - wydawana przy kolacji 45 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 110 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szyńka miczałowej 50 g (GLU) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Rzodkiewka biała tarta 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 494,6 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 417,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Sód [mg] 1 470,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 128,4 WW [Por] 42

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-06 do dnia 2024-07-15 07_K_WARSZAWA CENTRALNA

2024-07-11 czwartek	Otwork Podstawowa	Zupa ml. z płatkami kukurydzianymi 350 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 30 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Polędwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Stek mielony smażony 100 g (GLU, JAJ, MCK) Cebula duszona 20 g Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 150 Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Kielbasa na ciepło 100 g Ketchup 20 g Sałatka szwedzka 100 (GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 773,9 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 380,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Sód [mg] 3 569,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 112,8 WW [Por] 38,3
	Otwork Lekkostrawna	Zupa ml. z płatkami kukurydzianymi 350 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 90 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Polędwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Udko pieczone 100 g Ziemniaki 200 g (S02) Cukinia gotowana na parze 150 g Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Parówki drobiowe 100 g (SOJ) Ketchup 20 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 475,5 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 361 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Sód [mg] 2 851 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 108,2 WW [Por] 36,3
	Otwork Cukrzycowa	Zupa ml. z płatkami kukurydzianymi 350 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 90 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Polędwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g	Jabłko 150 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Udko pieczone 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i olejem 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 200 g (S02)	Kanapka z chleba razowego - wydawana przy kolacji 45 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 110 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Kielbasa na ciepło 100 g Ketchup 20 g Sałatka szwedzka 100 (GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 677,9 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 399,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Sód [mg] 3 800,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 127,6 WW [Por] 40,3

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-06 do dnia 2024-07-15 07_K_WARSZAWA CENTRALNA

2024-07-12 piątek	Otwork Podstawowa	Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 30 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Szynka drobiowa śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, GOR) Ogórek świeży 100 Sałata masłowa 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Ryba smażona w panierce 150 (GLU, JAJ, RYB, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Kielbasa krakowska 50 g (GLU, SOJ) Szynka wieprzowa z liściem 50 g (GLU, SOJ) Sałatka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i pomidora z sosem vinegret 100 g (GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 772,3 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 89,2 Węglowodany ogółem [g] 361,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 Sód [mg] 1 886,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 99 WW [Por] 36,3
	Otwork Lekkostrawna	Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 90 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Szynka drobiowa śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, GOR) Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 120 g (GLU, JAJ, RYB, MCK) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Warzywa po grecku 150 (GLU) Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Kielbasa krakowska 50 g (GLU, SOJ) Szynka wieprzowa z liściem 50 g (GLU, SOJ) Sałatka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i pomidora z sosem vinegret 100 g (GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 613 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 376,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,9 Sód [mg] 1 571 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 108,4 WW [Por] 37,8
	Otwork Cukrzycowa	Zupa ml. z płatkami jęczmiennymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 90 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Szynka drobiowa śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, GOR) Ogórek świeży 100 Sałata masłowa 10 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 120 g (GLU, JAJ, RYB, MCK) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 150 Kompot owocowy 250 ml	Kanapka z chleba razowego - wydawana przy kolacji 45 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 110 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Kielbasa krakowska 50 g (GLU, SOJ) Szynka wieprzowa z liściem 50 g (GLU, SOJ) Sałatka z kapusty pekińskiej, kukurydzy i pomidora z sosem vinegret 100 g (GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 675,5 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 377,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Sód [mg] 2 089,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 100,2 WW [Por] 37,9

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-06 do dnia 2024-07-15 07_K_WARSZAWA CENTRALNA

2024-07-13 sobota	Otwork Podstawowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 30 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Baleron 50 (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Szynka dębowa 50 g Pomidor z cebulką 100 g Sałata masłowa 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Filet z piersi kurczaka smażony w panierce 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Kielbasa szynkowa 50 g Pasta twarogowa z zieleciną 50 g (MLE) Ogórek kiszony 100 Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 478,6 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 368,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Sód [mg] 2 418,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 106,2 WW [Por] 37
	Otwork Lekkostrawna	Zupa ml. z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 90 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Baleron 50 (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Szynka dębowa 50 g Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ryż na sypko 200 g Marchewka gotowana na parze 150 g Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Kielbasa szynkowa 50 g Pasta twarogowa 50 g (MLE) Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,4 Białko ogółem [g] 120 Tłuszcz [g] 37,6 Węglowodany ogółem [g] 360,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,6 Sód [mg] 1 708,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 106,7 WW [Por] 36,2
	Otwork Cukrzycowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 90 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Baleron 50 (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Szynka dębowa 50 g Pomidor z cebulką 100 g Sałata masłowa 10 g	Jabłko 100 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 100 g Sos majerankowy 100 ml (GLU) Ryż brązowy na sypko 200 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z marchewki i jabłka z olejem 150 g	Kanapka z chleba razowego - wydawana przy kolacji 45 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 110 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Kielbasa szynkowa 50 g Pasta twarogowa 50 g (MLE) Ogórek kiszony 100 Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 507,9 Białko ogółem [g] 119,4 Tłuszcz [g] 45,3 Węglowodany ogółem [g] 388,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Sód [mg] 2 643,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 suma cukrów prostych [g] 117,5 WW [Por] 39,1

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-06 do dnia 2024-07-15 07_K_WARSZAWA CENTRALNA

2024-07-14 niedziela	Otwork Podstawowa	Zupa ml. z płatkami kukurydzianymi 350 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Bułka kajzerka 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szynka gotowana - wędlina 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Paszтет pieczony drobiowy 50 g Rzodkiewka biała tarta 100 g Sałata masłowa 10 g		Zupa żurek 350 ml (GLU, MLE, SEL, S02) Kotlet schabowy smażony w panierce 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Mizeria z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ)		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Poledwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Majonez 20 g (JAJ, GOR) Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 138,3 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 433,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Sód [mg] 1 950 Błonnik pokarmowy [g] 30 suma cukrów prostych [g] 108,6 WW [Por] 43,7
	Otwork Lekkostrawna	Zupa ml. z płatkami kukurydzianymi 350 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Bułka kajzerka 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Szynka gotowana - wędlina 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Paszтет pieczony drobiowy 50 g Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350 ml (MLE, S02) Schab gotowany na parze 100 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Buraczki gotowane - MIĘKKIE 150 Kompot owocowy 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ)		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Poledwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 798,6 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 410,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Sód [mg] 1 949,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 113,2 WW [Por] 41,3
	Otwork Cukrzycowa	Zupa ml. z płatkami kukurydzianymi 350 ml (MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 50 g Szynka gotowana - wędlina 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Rzodkiewka biała tarta 100 g Sałata masłowa 10 g	Kanapka z chleba razowego 45 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Zupa żurek 350 ml (GLU, MLE, SEL, S02) Schab gotowany na parze 100 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Mizeria z jogurtem 150 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 100 g (GLU, JAJ)	Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 110 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Poledwica sopocka 50 g (SOJ, MLE) Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 001 Białko ogółem [g] 122,3 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 449,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Sód [mg] 2 464,3 Błonnik pokarmowy [g] 36 suma cukrów prostych [g] 112,4 WW [Por] 43,6

Jadłospisy za okres od dnia 2024-07-06 do dnia 2024-07-15 07_K_WARSZAWA CENTRALNA

2024-07-15 poniedziałek	Otwork Podstawowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 60 g (GLU, SOJ) Chleb żytni 30 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Baleron 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Ogórek świeży 100 Sałata masłowa 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Gulasz wieprzowy 200 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Szynka drobiowa śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, GOR) Sałatka szwedzka 100 g (GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 773,8 Białko ogółem [g] 118,4 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 379,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Sód [mg] 1 754,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 107,1 WW [Por] 37,9
	Otwork Lekkostrawna	Zupa ml. z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 90 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Baleron 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Pomidor 100 Sałata masłowa 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Gulasz wieprzowy 200 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Marchewka duszona 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml		Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb zwykły 110 g (GLU, SOJ) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Szynka drobiowa śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, GOR) Pomidor 100 g Sałata masłowa 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 804,6 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 386,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Sód [mg] 1 802,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 109,2 WW [Por] 38,7
	Otwork Cukrzycowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, MLE) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 90 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Baleron 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02) Ogórek świeży 100 Sałata masłowa 10 g	Wafle ryżowe 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Gulasz wieprzowy 200 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z białej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Kanapka z chleba razowego - wydawana przy kolacji 45 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Herbata b/c 250 ml Dodatek cukru do słodzenia 22,5 g Chleb żytni 110 g (GLU) Masło sztukowe 10g 1 szt (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Szynka drobiowa śniadaniowa 50 g (SOJ, MLE, GOR) Sałatka szwedzka 100 g (GOR)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 898,3 Białko ogółem [g] 118,4 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 400,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Sód [mg] 2 002,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 108,5 WW [Por] 40

Fudeko S.A.

ul. Spokojna 4, 81-549 Gdynia

Oznaczenia alergenów:

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzechy ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne,
- ORZ* - Orzechy,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki / siarczyny,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,
- MCK* - Mięczaki i pochodne,