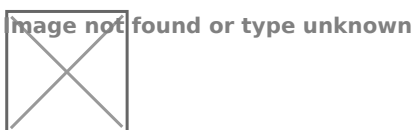


Kolacja

Tydzień 2

Dzień 2

Sałatka grecka.



Wartość odżywcza i energetyczna (2 dzień)

Wartość energetyczna: 1002 kcal

Jednonienasycone kwasy tłuszczowe: 13 g

Białko: 54 g

Wielonienasycone kwasy tłuszczowe: 7 g

Węglowodany: 122 g

Cholesterol: 113 mg

Tłuszcz całkowity: 33 g

Błonnik: 25 g

Nasycone kwasy tłuszczowe: 9 g

mgr dietetyki Barbara Malina-Kozak