

Zestawienie średnich wartości odżywczych jadłospisów z
okresu w dniu 2023-12-20, Kuchnie: Kuchnia Ogólna,

Lp	Dieta	Składniki odżywcze										
	Kod	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]	Witamina C [mg]	WW [Por]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól (g)	suma cukrów prostych [g]	kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]
1	PODSTAWOWA	2 623,58	108,96	101,70	360,50	358,17	35,87	40,71	3 022,92	7,5573	59,91	38,82
2	ŁATWOSTRAWNA	2 355,33	122,32	72,97	338,39	277,74	33,87	31,42	2 055,13	5,13783	60,91	31,30
3	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 388,80	122,72	80,28	350,26	279,17	35,05	35,48	2 539,87	6,34968	56,93	31,64
4	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	2 282,27	114,85	67,88	335,78	223,94	33,65	29,51	1 604,69	4,01173	61,84	29,69
5	ŁATWOSTR. Z OGR. TŁUSZCZU	2 262,50	113,45	61,58	350,34	148,78	35,17	31,55	2 050,62	5,12655	58,80	26,38
6	ŁATW.Z OGR.SUBST.POBUDZ.WYDZ.S.ŻOŁ	2 441,15	115,72	84,11	344,21	155,99	34,58	32,57	1 974,16	4,9354	67,48	32,97
7	UBOGOENERGETYCZNA 1000	1 174,99	56,67	39,79	171,18	87,95	17,10	16,32	872,04	2,1801	31,21	15,86
8	BOGATOBIAŁKOWA	2 593,43	133,63	89,38	359,24	294,59	35,94	34,97	2 025,67	5,06418	70,86	37,50
9	PAPKOWATA	2 178,73	103,67	80,91	289,36	144,52	29,00	28,20	1 651,50	4,12875	69,72	39,06
10	PLYNNA	2 216,29	103,42	96,96	248,06	54,92	24,84	17,07	857,59	2,14398	79,41	53,06
11	BOGATORESZTKOWA	2 354,28	94,54	79,18	375,42	256,20	37,51	42,42	2 647,79	6,61948	63,88	29,52

Sporządził