

Zestawienie średnich wartości odżywczych jadłospisów z
okresu w dniu 2024-01-09, Kuchnie: Kuchnia Ogólna,

Lp	Dieta	Składniki odżywcze										
	Kod	Energia [kcal]	Białko ogółem [g]	Tłuszcz [g]	Węglowodany ogółem [g]	Witamina C [mg]	WW [Por]	Blonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól (g)	suma cukrów prostych [g]	kw. tłuszcz. nasycone ogółem [g]
1	PODSTAWOWA	2 775,66	145,77	95,14	385,80	332,55	38,75	41,59	2 201,16	5,5029	74,15	35,54
2	PODSTAWOWA BEZ MLEKA	2 513,51	117,85	92,73	355,09	335,41	35,56	43,38	2 448,40	6,121	46,19	29,12
3	ŁATWOSTRAWNA	2 748,44	140,62	91,80	392,08	190,16	39,50	40,92	2 199,56	5,4989	76,10	34,88
4	ŁATWOSTR. BEZ MLEKA	2 560,73	117,05	94,03	368,92	276,70	37,12	46,39	2 456,85	6,142125	48,81	29,94
5	ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA	2 968,38	142,87	100,55	416,72	119,43	41,92	39,93	2 444,37	6,110925	88,20	47,58
6	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 711,66	147,03	90,50	383,21	256,37	38,53	45,01	2 350,07	5,875175	62,68	35,58
7	z ogr.łatw.przysw., węgl.B/s	2 802,46	164,58	101,75	351,07	224,89	35,22	40,39	2 635,69	6,589225	56,16	40,50
8	z ogr.łatw.węgl. 1000	1 649,80	110,19	54,92	228,38	245,14	22,95	34,27	1 383,37	3,458425	32,42	19,18
9	z ogr.łatw.przysw.węgl. 1500	2 043,29	122,40	69,42	281,96	266,42	28,32	38,64	1 621,99	4,054975	41,71	25,38
10	z ogr.łatw.przysw.węgl1500/bm	2 010,59	104,61	72,59	287,31	264,86	28,76	42,03	1 986,31	4,965775	30,84	23,86
11	z ogr.łatw.przysw.węgl B/ML	2 425,80	113,50	85,44	358,84	264,57	35,93	47,81	2 496,46	6,24115	29,11	27,38
12	z ogr.łatw.przysw.węglNISKOTŁ	2 408,99	137,35	70,69	350,20	93,67	35,07	34,98	2 211,48	5,5287	53,43	28,90
13	KRAŻENIE	2 748,44	140,62	91,80	392,08	190,16	39,50	40,92	2 199,56	5,4989	76,10	34,88
14	KRAŻENIE BEZ MLEKA	2 557,20	104,73	82,29	402,32	193,74	40,47	42,71	1 970,20	4,9255	49,17	26,23
15	NISKOTŁUSZCZOWA	2 601,47	137,17	77,09	376,48	92,23	37,84	32,30	2 104,67	5,261675	74,12	30,87
16	BEZTŁUSZCZOWA	2 457,27	137,07	61,09	376,38	92,23	37,82	32,30	2 102,87	5,257175	74,00	25,27
17	OSZCZĘDZAJĄCA	2 483,02	108,58	94,41	337,35	104,02	33,81	31,53	1 817,60	4,544	79,44	34,74
18	NISKOENERGETYCZNA 1000	1 374,70	98,54	50,74	173,11	171,37	17,49	29,74	1 024,12	2,5603	20,23	17,19
19	NISKOENERGETYCZNA 1500	1 887,19	115,39	67,95	247,64	178,20	24,96	34,31	1 444,94	3,61235	35,90	25,40
20	WYSOKOBIAŁKOWA	2 932,09	151,32	95,19	419,78	193,27	42,24	41,73	2 387,61	5,969025	97,53	37,80
21	NISKOBIAŁKOWA	2 330,89	69,52	72,99	404,28	267,59	40,59	49,66	1 974,40	4,936	41,00	20,95
22	DZIECIĘCA 1-3	1 677,72	98,37	51,50	236,33	231,62	23,74	24,79	888,17	2,220425	73,73	24,76
23	DZIECIĘCA 4-10	2 467,82	120,07	90,37	341,79	264,02	34,33	37,76	1 595,55	3,988875	88,93	41,62
24	DZIECIĘCA 11-16	2 630,02	124,57	92,43	375,39	264,02	37,71	39,14	1 843,15	4,607875	89,89	42,12
25	DZIECIĘCA POOPERACYJNA	2 447,22	119,35	85,74	321,48	79,20	32,35	25,77	1 907,27	4,768175	73,70	42,03
26	BEZMLECZNA	2 410,23	101,28	67,58	386,72	95,82	38,81	34,09	1 875,31	4,688275	47,19	22,21
27	BIEGUNKOWA	2 020,58	50,04	70,70	324,71	38,66	32,51	24,86	622,42	1,55605	38,75	30,26
28	BEZGLUTENOWA	2 520,79	121,25	91,45	340,68	230,95	34,17	37,05	1 314,05	3,285125	76,63	34,40
29	PAPA	2 492,98	123,04	94,42	325,81	176,02	32,73	32,21	1 437,25	3,593125	86,00	43,81

30	PAPA CUKRZYCOWA	2 382,10	122,76	94,27	298,81	174,07	29,99	31,92	1 435,81	3,589525	62,38	43,79
31	PAPA BEZ MLEKA	2 272,64	86,13	92,81	311,41	181,02	31,18	33,94	1 585,34	3,96335	55,03	37,46
32	PLYNNA	2 287,04	103,65	96,63	266,80	57,53	26,68	19,23	772,17	1,930425	64,51	53,12
33	SONDA	2 464,23	99,10	109,72	293,29	74,40	29,29	19,72	662,17	1,655425	78,48	60,78
34	SONDA BEZ MLEKA	2 334,10	82,84	103,04	295,02	115,01	29,41	30,39	512,85	1,282125	50,72	53,16
35	KLEIKOWA	686,92	11,48	22,21	112,27		11,21	2,87	28,33	0,070825	22,51	10,20
36	PLYNNA DZIECIĘCA	881,58	49,65	27,41	117,20	27,67	11,79	8,58	590,77	1,476925	35,80	15,61
37	WEGETARIANSKA	2 795,90	123,48	99,45	407,96	273,04	40,92	45,21	4 053,37	10,13343	89,10	35,25
38	WEGAŃSKA	2 343,58	67,78	83,94	388,47	318,65	38,98	53,25	3 687,11	9,217775	69,19	22,75
39	BOGATORESZTKOWA	2 997,03	153,88	95,74	442,34	282,31	44,40	50,19	2 456,84	6,1421	87,93	34,09

.....
Sporządził