

Zestawienie średnich wartości odżywczych
jadłospisów z okresu w dniu 2024-01-22, Kuchnie:

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	2 592,16	106,85	110,96	329,55	169,38	33,16	34,13	2 302,15	5,76	51,94	44,49
2	ŁATWOSTRAWNA	2 366,31	112,32	81,36	330,92	211,60	33,38	36,60	2 118,60	5,30	52,34	36,66
3	ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA	2 434,16	108,30	82,05	335,65	64,11	33,85	23,03	2 092,82	5,23	63,05	40,97
4	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 634,27	121,72	88,66	384,53	187,89	38,70	38,40	2 564,06	6,41	78,12	40,22
5	z ogr. łatw przysw. węgl. 1500	1 928,39	95,56	56,67	289,17	153,01	29,14	32,23	2 335,42	5,84	59,96	24,22
6	z ogr.łatw.przysw.węgl B/ML	2 014,59	76,54	61,43	332,17	179,44	33,39	39,86	2 526,33	6,32	46,09	25,86
7	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	2 363,41	110,80	80,75	335,87	211,60	33,88	34,12	2 119,95	5,30	52,99	32,59
8	O KONTR.ZAW.KW.TŁ B/ML	2 150,91	79,28	67,71	345,33	224,42	34,78	36,72	2 392,56	5,98	52,52	24,27
9	ŁATW.Z OGR.TŁ.	2 179,10	103,18	60,24	326,75	60,40	32,92	23,71	1 856,44	4,64	39,27	26,35
10	DZIECIĘCA 1-3	1 927,13	91,81	67,23	264,54	184,23	26,71	27,96	1 973,91	4,93	51,91	30,35
11	DZIECIĘCA 4-10	2 425,56	111,72	82,35	343,12	217,81	34,60	32,77	1 942,95	4,86	69,49	37,94
12	DZIECIĘCA 11-18	2 587,76	116,22	84,41	376,72	217,81	37,98	34,15	2 190,55	5,48	70,45	38,45
13	PAPKOWATA	2 511,26	124,34	78,61	360,70	185,31	36,26	34,41	1 764,93	4,41	90,92	36,23
14	PŁYNNNA	2 314,50	101,48	94,11	278,68	74,53	27,93	21,08	702,52	1,76	70,92	52,06

Sporządził