

Zestawienie średnich wartości odżywczych  
jadłospisów z okresu w dniu 2024-01-24, 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	2 636,21	81,46	86,24	410,70	178,72	41,15	36,96	2 173,20	5,43	42,56	29,28
2	ŁATWOSTRAWNA	2 373,36	77,44	63,50	407,11	142,73	40,94	34,32	1 532,62	3,83	63,35	25,30
3	ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA	2 848,04	107,61	98,03	423,42	142,64	42,50	31,97	3 760,74	9,40	59,26	43,96
4	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 498,30	92,25	83,22	407,46	153,78	40,96	47,36	1 983,20	4,96	47,19	30,21
5	z ogr. łatw przysw. węgl. 1500	1 742,52	80,19	51,92	296,99	188,21	29,84	42,03	1 318,92	3,30	55,46	17,06
7	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	2 389,89	62,91	60,15	424,22	132,01	42,62	33,68	1 436,83	3,59	62,28	24,51
8	O KONTR.ZAW.KW.TŁ B/ML	2 405,15	72,74	67,77	404,98	180,15	40,74	38,01	3 427,45	8,57	35,94	23,29
9	ŁATW.Z OGR.TŁ.	2 344,45	74,97	60,46	413,42	99,29	41,47	30,12	1 415,27	3,54	62,58	21,71
10	ŁATWOSTRAWNA BEZ TŁ	2 197,25	74,82	44,16	413,37	99,29	41,46	30,12	1 414,37	3,54	62,52	13,41
11	Z Z OGR.SUB.POB.W.S.ŻOŁ	2 411,18	104,66	72,72	384,93	157,75	38,67	33,06	3 355,35	8,39	55,91	22,66
12	BOGATOBIĄLKOWA	2 685,10	106,47	76,46	436,57	187,38	43,89	36,68	3 962,99	9,91	59,68	30,09
13	DZIECIĘCA 1-3	1 931,52	83,57	64,57	281,08	173,75	28,30	27,09	1 096,16	2,74	45,41	27,51
14	DZIECIĘCA 4-9	2 399,81	77,06	67,26	410,98	145,26	41,31	32,55	1 501,22	3,75	66,03	31,93
15	DZIECIĘCA 10-18	2 704,34	84,89	71,54	473,69	151,58	47,54	36,31	1 765,04	4,41	68,25	33,87
16	PAPKOWATA	2 396,51	94,90	69,02	390,14	172,26	39,14	34,33	3 025,63	7,56	56,74	26,85
17	PLYNNA	2 308,51	97,32	98,73	278,69	58,61	27,86	20,31	614,55	1,54	56,17	52,76

Sporządził