

Zestawienie średnich wartości odżywczych jadłospisów z
okresu w dniu 2023-12-24, 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	2 846,59	101,06	103,42	427,39	149,94	42,76	41,32	3 682,62	9,20655	87,31	25,29
2	ŁATWOSTRAWNA	2 479,03	102,44	68,34	414,35	158,34	41,60	41,91	3 066,01	7,665025	91,31	23,20
3	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 764,55	123,97	81,84	439,23	177,14	43,96	48,50	3 557,43	8,893575	84,33	27,59
4	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	2 479,03	102,44	68,34	414,35	158,34	41,60	41,91	3 066,01	7,665025	91,31	23,20
5	ŁATW.Z OGR.TŁ.	2 414,75	104,79	57,33	411,93	172,17	41,39	39,63	3 293,78	8,23445	90,41	20,00
6	Z OGR.SUBST.POBUDZ.WYDZ.S.ŻOŁ	2 522,52	105,94	62,07	427,56	173,40	42,95	40,15	3 299,23	8,248075	97,67	22,24
7	UBOGOENERGETYCZNA 1000	1 388,37	67,77	46,33	210,99	95,74	21,07	26,08	1 397,09	3,492725	45,22	13,21
8	BOGATOBIAŁKOWA	2 670,78	113,14	71,74	444,05	161,44	44,54	42,72	3 254,08	8,1352	114,74	26,12
9	PAPKOWATA	2 153,61	97,97	56,35	352,86	200,84	35,38	39,57	2 149,98	5,37495	107,83	26,39
10	PLYNNA	2 418,68	102,60	98,54	298,58	53,03	29,89	20,55	924,09	2,310225	82,66	54,81
11	BOGATORESZTKOWA	2 550,28	104,45	66,32	433,39	176,27	43,48	45,85	3 094,39	7,735975	108,83	22,61

Sporządził