

Zestawienie średnich wartości odżywczych jadłospisów z
okresu w dniu 2023-12-26, Kuchnie: Kuchnia Ogólna, Kierunek

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	2 244,20	71,83	86,19	314,62	180,79	31,48	25,55	2 126,37	5,315925	63,62	24,23
2	ŁATWOSTRAWNA	2 009,76	80,34	61,60	300,81	195,86	30,15	23,49	1 389,82	3,47455	62,89	22,11
3	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 082,86	85,34	71,55	293,19	124,26	29,34	23,24	1 906,24	4,7656	188,65	25,01
4	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	2 009,76	80,34	61,60	300,81	195,86	30,15	23,49	1 389,82	3,47455	62,89	22,11
5	ŁATW.Z OGR.TŁ.	1 991,32	79,36	60,79	307,61	99,23	30,94	28,77	2 047,38	5,11845	67,10	20,08
6	Z OGR.SUBST.POBUDZ.WYDZ.S.ŻOŁ	2 558,55	120,55	77,50	380,64	97,26	38,30	30,49	2 324,87	5,812175	92,13	29,35
7	UBOGOENERGETYCZNA 1000	1 394,37	62,77	48,75	186,32	175,37	18,60	17,26	1 008,03	2,520075	46,21	16,97
8	BOGATOBIAŁKOWA	2 521,51	115,79	85,90	338,79	197,42	33,94	24,30	1 610,59	4,026475	77,68	33,79
9	PAPKOWATA	2 286,97	92,92	69,79	349,54	125,70	35,14	29,91	1 424,56	3,5614	93,93	31,80
10	PLYNNA	2 291,91	93,94	91,19	288,75	71,59	28,89	18,33	731,19	1,827975	78,23	47,81
11	BOGATORESZTKOWA	2 092,70	85,47	62,20	315,94	199,74	31,66	25,01	1 500,21	3,750525	68,06	23,33

Sporządził