

Zestawienie średnich wartości odżywczych
jadłospisów z okresu w dniu 2023-12-30, 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	2 329,05	91,60	74,01	365,31	116,58	36,62	28,78	3 949,46	9,87365	57,89	21,79
2	ŁATWOSTRAWNA	2 335,45	93,20	71,81	369,63	116,58	37,10	27,38	3 904,66	9,76165	59,15	23,92
3	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 472,93	105,77	76,34	391,32	118,18	39,24	35,98	2 210,72	5,5268	50,50	26,56
4	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	2 335,45	93,20	71,81	369,63	116,58	37,10	27,38	3 904,66	9,76165	59,15	23,92
5	ŁATW.Z OGR.TŁ.	2 368,42	88,46	62,86	408,13	98,78	40,96	30,11	4 234,99	10,58748	78,21	18,60
6	Z Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ	2 416,71	89,91	67,88	408,91	108,65	41,03	31,28	1 822,29	4,555725	117,90	22,37
7	UBOGOENERGETYCZNA 1000	1 318,53	61,65	45,62	199,51	55,18	20,01	21,97	1 352,95	3,382375	19,48	13,24
8	BOGATOBIAŁKOWA	2 654,38	118,58	86,44	404,56	137,30	40,56	32,66	3 942,68	9,8567	71,59	30,32
9	PAPKOWATA	2 357,96	94,15	77,36	369,97	142,58	37,03	32,08	1 206,86	3,01715	93,10	31,70
10	PLYNNA	2 288,71	90,71	88,28	314,45	73,17	31,43	22,80	702,71	1,756775	98,98	47,94
11	BOGATORESZTKOWA	2 415,40	95,45	68,59	399,71	207,36	40,11	33,81	4 499,44	11,2486	69,96	23,37

Sporządził