

Zestawienie średnich wartości odżywczych jadłospisów z
okresu w dniu 2023-12-23, 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	2 498,64	96,12	81,75	375,29	122,47	37,59	30,25	2 089,56	5,2239	38,17	27,32
2	ŁATWOSTRAWNA	2 508,08	97,73	86,40	368,35	140,61	36,99	32,34	1 895,78	4,73945	28,29	24,45
3	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 503,62	104,64	93,33	355,99	136,18	35,70	30,37	1 666,23	4,165575	38,61	28,05
4	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	2 508,08	97,73	86,40	368,35	140,61	36,99	32,34	1 895,78	4,73945	28,29	24,45
5	ŁATW.Z OGR.TŁ.	2 382,55	95,48	78,55	350,18	92,65	35,20	30,39	1 755,87	4,389675	40,33	20,65
6	Z OGR.SUBST.POBUDZ.WYDZ.S.ŻOŁ	2 690,44	124,90	93,93	360,41	99,99	36,25	27,17	1 928,93	4,822325	72,48	29,95
7	UBOGOENERGETYCZNA 1000	1 440,35	57,77	49,66	209,25	99,55	20,98	18,88	1 170,91	2,927275	7,51	12,26
8	BOGATOBIAŁKOWA	2 586,22	123,85	95,28	352,75	159,68	35,30	34,70	1 711,94	4,27985	42,03	29,83
9	PAPKOWATA	2 472,58	107,63	91,56	332,39	120,79	33,28	31,17	1 633,94	4,08485	54,47	33,64
10	PLYNNA	2 185,61	98,80	96,07	248,17	61,30	24,83	18,43	801,76	2,0044	76,30	51,44
11	BOGATORESZTKOWA	2 663,27	99,38	91,02	425,75	145,30	42,71	47,51	2 302,20	5,7555	44,43	23,61

Sporządził