

Zestawienie średnich wartości odżywczych
jadłospisów z okresu w dniu 2024-01-13, 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	2 439,30	107,43	90,47	338,48	150,11	33,97	37,24	2 728,49	6,82	38,62	28,47
2	ŁATWOSTRAWNA	2 544,03	107,13	94,54	367,46	168,01	36,89	39,95	2 180,71	5,45	46,84	29,44
3	ŁATWOSTR. POŁOŻNICZA	2 717,64	113,22	101,65	376,46	107,24	37,76	34,32	2 190,87	5,48	73,13	42,47
4	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 572,68	107,44	103,26	357,74	151,79	35,96	38,70	2 750,46	6,88	33,23	30,08
5	z ogr. łatw przysw. węgl. 1500	1 916,77	89,56	74,83	255,05	129,16	25,61	31,03	2 297,28	5,74	30,96	22,50
6	z ogr.łatw.przysw.węgl B/ML	2 398,07	93,33	89,74	343,67	171,62	34,52	42,22	2 517,13	6,29	31,38	25,28
7	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	2 500,48	99,13	88,36	379,07	168,01	38,09	40,67	2 089,06	5,22	46,84	27,49
8	O KONTR.ZAW.KW.TŁ B/ML	2 400,97	85,58	86,08	372,79	188,29	37,48	45,39	1 892,93	4,73	36,96	23,79
9	ŁATW.Z OGR.TŁ.	2 427,89	98,47	75,26	378,87	105,74	38,08	35,04	2 006,52	5,02	64,85	22,33
10	DZIECIĘCA 1-3	1 929,43	89,92	83,57	222,43	87,54	22,32	20,02	1 546,36	3,87	54,04	36,05
11	DZIECIĘCA 4-10	2 540,68	108,13	100,22	337,69	148,91	33,91	34,32	1 999,06	5,00	55,58	40,97
12	DZIECIĘCA 11-18	2 702,88	112,63	102,28	371,29	148,91	37,29	35,70	2 246,66	5,62	56,54	41,47
13	PAPKOWATA	2 224,20	100,87	79,09	318,35	133,61	31,90	35,84	1 625,96	4,06	60,91	30,87
14	PŁYNNNA	2 142,26	100,15	96,07	236,41	62,42	23,61	18,70	828,42	2,07	69,61	51,44

Sporządził