

Zestawienie średnich wartości odżywczych jadłospisów z
okresu w dniu 2023-12-28, 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	2 378,62	86,01	83,82	355,53	82,33	35,71	24,89	2 304,08	5,7602	94,68	30,87
2	ŁATWOSTRAWNA	2 424,71	91,96	85,85	358,01	82,83	35,96	23,72	2 266,63	5,666575	96,25	32,49
3	Z ogr.łatw.przysw.węgl.	2 318,41	97,47	92,85	327,03	97,94	32,80	26,89	2 433,17	6,082925	53,01	32,09
4	O KONTR.ZAW.KWAS.TŁ	2 424,71	91,96	85,85	358,01	82,83	35,96	23,72	2 266,63	5,666575	96,25	32,49
5	ŁATW.Z OGR.TŁ.	2 418,92	94,25	78,06	365,35	70,60	36,74	25,06	2 334,22	5,83555	101,16	30,19
6	Z Z OGR.SUB.POB.W.S.ZOŁ	2 550,15	113,75	87,12	359,15	73,01	36,13	25,94	2 311,59	5,778975	106,66	35,67
7	UBOGOENERGETYCZNA 1000	1 291,38	70,18	56,67	140,88	54,25	14,17	11,80	1 268,21	3,170525	22,36	21,52
8	BOGATOBIAŁKOWA	2 547,87	120,23	92,12	346,96	82,19	34,79	24,35	2 405,19	6,012975	84,22	36,98
9	PAPKOWATA	2 438,64	105,14	85,46	345,33	82,62	34,70	27,35	2 019,05	5,047625	110,68	40,23
10	PLYNNA	2 473,49	115,77	109,50	270,42	45,95	27,18	15,98	776,56	1,9414	89,66	61,11
11	BOGATORESZTKOWA	2 639,72	104,38	87,35	413,04	178,62	41,51	39,17	2 423,34	6,05835	92,57	31,93

Sporządził