

## Wartosci Odzywczc wybranych planów żywieniowych 1-7.01.2024 rok

Plan	Dzień	Wartość odżywcza	ł śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek dodatkowy	suma
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	729,8	690,6	153,5	368,3	95,3	2037,5
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	31,5	31	2,8	15	5,9	86,2
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tluszcz [g]	16,3	25,4	5,3	12,9	4	63,9
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7	7,2	3,1	3,3	2,4	23
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	116,2	89,8	23,8	48,4	8,7	286,9
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	24,1	17,3	8,7	4,1	8,7	62,9
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	6,8	1	0	1,4	0,2	9,4
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	642,9	673	66,9	487,1	149,8	2019,7
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	34,9	40,2	0,5	18,8	10,8	105,2
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tluszcz [g]	11,6	30,1	0,5	15,1	9,4	66,7
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	5	0	2,8	6,4	18,9
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	100,8	62,8	16,3	69,1	5,4	254,4
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	18,1	11,6	13	4,6	5,4	52,7
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3,3	0,6	0	2,1	0,1	6,1
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	681	724,8	94,7	411	110,5	2022
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	30,1	35,6	4,2	18,4	7,6	95,9
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	15	30,8	1,9	10,6	2,2	60,5
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,6	11,7	1,1	3	0,7	22,1
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	108,6	80,1	15,4	60,8	14,9	279,8
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	14	15,8	13,8	3,9	1,7	49,2
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,7	1,2	0,1	1,8	0,4	7,2
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	752,5	706,4	22,3	413,8	99,5	1994,5
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	37,2	35,1	0,2	17,2	3,7	93,4
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	20,2	29,9	0	17	2,4	69,5
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	8,1	4,4	0	5,6	0,7	18,8
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	107,6	81,6	5,5	48,5	15,7	258,9
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	14,8	16,3	4,5	4,1	1,8	41,5

1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	7,6	1	0	1,5	0,7	10,8
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	677,2	736,2	61,5	431,9	119,8	2026,6
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	26,7	28,9	0,9	17,4	6,6	80,5
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tłuszcz [g]	15,9	34	0,3	12,3	3,9	66,4
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,6	10,1	0	2,3	1,8	18,8
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	107,9	82,1	14,3	64,3	14,6	283,2
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	26,9	11,2	14,1	4,5	1,2	57,9
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,4	0,6	0	2,1	2,6	7,7
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	714,5	548,7	22,3	642	95,3	2022,8
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	33,7	37,3	0,2	20,7	5,9	97,8
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tłuszcz [g]	16,1	18,2	0	33	4	71,3
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,2	4,5	0	3,9	2,4	17
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	110,9	63,7	5,5	65,8	8,7	254,6
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	16	10,9	4,5	6,9	8,7	47
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	3,1	1,5	0	2	0,2	6,8
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	760,7	624,7	98,5	406,9	133,6	2024,4
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	33,4	39,2	2,3	16,5	14,8	106,2
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tłuszcz [g]	23,1	22,1	1,1	10,4	6,7	63,4
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	8,5	6,1	0,3	3	4	21,9
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	106,7	71,7	20	62,1	3,3	263,8
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	14,8	16,8	10,3	4	3,3	49,2
1. Dieta podstawowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,6	0,7	0,1	3	1	7,4
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	737,9	643,6	107,3	438,1	95,3	2022,2
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	34,3	32,3	4,4	19,1	5,9	96
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tłuszcz [g]	13,2	21,3	2,8	9,9	4	51,2
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	4,9	1,6	2,8	2,4	16,4
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	122,5	86,8	16,4	68,3	8,7	302,7
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	25,2	18,4	14,4	4,4	8,7	71,1

12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-01 Poniedzialek	sól [g]	2,2	0,7	0,1	2,2	0,2	5,4
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	696,2	578,1	89,2	566,1	95,3	2024,9
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	42,9	34,9	0,7	21,5	5,9	105,9
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-02 Wtorek	tluszcz [g]	11,7	16,5	0,7	15,5	4	48,4
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-02 Wtorek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	4,7	3,4	0	2,9	2,4	13,4
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-02 Wtorek	weglowodany ogolem [g]	105,6	75,1	21,7	85,4	8,7	296,5
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	17,5	12,9	17,4	3,7	8,7	60,2
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3,1	0,6	0	2,2	0,2	6,1
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	707,6	705,7	75,5	415,7	118,8	2023,3
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-03 Środa	białko [g]	30,5	34	4,5	16,6	7,9	93,5
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	14,3	25,3	2	9,5	2,3	53,4
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-03 Środa	kwasy tluszczowe nasycone [g]	5,3	7,4	1,3	2,6	0,7	17,3
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-03 Środa	weglowodany ogolem [g]	115,5	90,7	9,7	66,3	16,7	298,9
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-03 Środa	cukry [g]	14,1	16,8	9,1	2,5	1,7	44,2
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,5	1	0,1	1,6	0,4	6,6
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	729,1	561,9	46,5	550,6	102,2	1990,3
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	31,9	39,5	0,5	19,1	3,9	94,9
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	17,2	14,3	0,2	17,7	2,4	51,8
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-04 Czwartek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	5,8	3,1	0	3	0,7	12,6
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-04 Czwartek	weglowodany ogolem [g]	113,6	73,1	11,2	79,6	16,3	293,8
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	14,4	13,6	10,3	4,5	0,9	43,7
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	3,6	0,8	0	1,9	0,6	6,9
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	688,9	573,9	61,5	568,2	115,7	2008,2
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-05 Piątek	białko [g]	27,5	25,4	0,9	19,6	4,7	78,1
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	15,1	15,9	0,3	13,4	3,6	48,3
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-05 Piątek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	4,8	3,8	0	2,5	1	12,1
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-05 Piątek	weglowodany ogolem [g]	111,8	86,8	14,3	92,6	16,1	321,6
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata)	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	25,6	12,1	14,1	3,1	0,9	55,8
1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"								

12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,2	0,5	0	1,8	0,6	5,1
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	713,5	583,3	41,5	550,8	95,3	1984,4
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	35	37,4	0,3	20,4	5,9	99
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tłuszcz [g]	11,5	13,9	0,3	16,5	4	46,2
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,5	3,7	0	2,8	2,4	13,4
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	118,7	81,9	10	80,2	8,7	299,5
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	15,5	17	9,7	5,2	8,7	56,1
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	3,3	0,5	0	1,9	0,2	5,9
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	731,5	585,4	98,5	482,4	95,3	1993,1
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	28	41,4	2,3	19	5,9	96,6
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tłuszcz [g]	16,1	13,8	1,1	10,7	4	45,7
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,5	5,4	0,3	3	2,4	16,6
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	120,6	78,7	20	77,7	8,7	305,7
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	23,6	13,2	10,3	2,5	8,7	58,3
12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowata) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,3	1	0,1	3	0,2	6,6
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	737,9	643,6	107,3	438,1	95,3	2022,2
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	34,3	32,3	4,4	19,1	5,9	96
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tłuszcz [g]	13,2	21,3	2,8	9,9	4	51,2
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	4,9	1,6	2,8	2,4	16,4
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	122,5	86,8	16,4	68,3	8,7	302,7
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	25,2	18,4	14,4	4,4	8,7	71,1
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	2,2	0,7	0,1	2,2	0,2	5,4
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	696,2	578,1	89,2	566,1	95,3	2024,9
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	42,9	34,9	0,7	21,5	5,9	105,9
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tłuszcz [g]	11,7	16,5	0,7	15,5	4	48,4
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	3,4	0	2,9	2,4	13,4
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	105,6	75,1	21,7	85,4	8,7	296,5
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	17,5	12,9	17,4	3,7	8,7	60,2

2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3,1	0,6	0	2,2	0,2	6,1
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	707,6	705,7	75,5	415,7	118,8	2023,3
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	30,5	34	4,5	16,6	7,9	93,5
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tłuszcz [g]	14,3	25,3	2	9,5	2,3	53,4
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,3	7,4	1,3	2,6	0,7	17,3
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	115,5	90,7	9,7	66,3	16,7	298,9
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	14,1	16,8	9,1	2,5	1,7	44,2
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,5	1	0,1	1,6	0,4	6,6
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	729,1	561,9	46,5	550,6	102,2	1990,3
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	31,9	39,5	0,5	19,1	3,9	94,9
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tłuszcz [g]	17,2	14,3	0,2	17,7	2,4	51,8
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,8	3,1	0	3	0,7	12,6
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	113,6	73,1	11,2	79,6	16,3	293,8
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	14,4	13,6	10,3	4,5	0,9	43,7
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	3,6	0,8	0	1,9	0,6	6,9
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	688,9	573,9	61,5	568,2	115,7	2008,2
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	27,5	25,4	0,9	19,6	4,7	78,1
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tłuszcz [g]	15,1	15,9	0,3	13,4	3,6	48,3
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,8	3,8	0	2,5	1	12,1
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	111,8	86,8	14,3	92,6	16,1	321,6
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	25,6	12,1	14,1	3,1	0,9	55,8
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,2	0,5	0	1,8	0,6	5,1
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	713,5	583,3	41,5	550,8	95,3	1984,4
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	35	37,4	0,3	20,4	5,9	99
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tłuszcz [g]	11,5	13,9	0,3	16,5	4	46,2
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,5	3,7	0	2,8	2,4	13,4
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	118,7	81,9	10	80,2	8,7	299,5
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	15,5	17	9,7	5,2	8,7	56,1

2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	3,3	0,5	0	1,9	0,2	5,9
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	731,5	585,4	98,5	482,4	95,3	1993,1
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	28	41,4	2,3	19	5,9	96,6
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	16,1	13,8	1,1	10,7	4	45,7
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,5	5,4	0,3	3	2,4	16,6
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	120,6	78,7	20	77,7	8,7	305,7
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	23,6	13,2	10,3	2,5	8,7	58,3
2. Dieta lekkostrawna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,3	1	0,1	3	0,2	6,6
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	737,9	643,6	107,3	438,1	95,3	2022,2
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	34,3	32,3	4,4	19,1	5,9	96
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tluszcz [g]	13,2	21,3	2,8	9,9	4	51,2
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	4,9	1,6	2,8	2,4	16,4
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	122,5	86,8	16,4	68,3	8,7	302,7
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	25,2	18,4	14,4	4,4	8,7	71,1
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	2,2	0,7	0,1	2,2	0,2	5,4
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	696,2	578,1	89,2	566,1	95,3	2024,9
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	42,9	34,9	0,7	21,5	5,9	105,9
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tluszcz [g]	11,7	16,5	0,7	15,5	4	48,4
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	3,4	0	2,9	2,4	13,4
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	105,6	75,1	21,7	85,4	8,7	296,5
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	17,5	12,9	17,4	3,7	8,7	60,2
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3,1	0,6	0	2,2	0,2	6,1
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	707,6	705,7	75,5	415,7	118,8	2023,3
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	30,5	34	4,5	16,6	7,9	93,5
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	14,3	25,3	2	9,5	2,3	53,4
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,3	7,4	1,3	2,6	0,7	17,3
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	115,5	90,7	9,7	66,3	16,7	298,9
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	14,1	16,8	9,1	2,5	1,7	44,2

3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,5	1	0,1	1,6	0,4	6,6
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	729,1	561,9	46,5	550,6	102,2	1990,3
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	31,9	39,5	0,5	19,1	3,9	94,9
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tłuszcz [g]	17,2	14,3	0,2	17,7	2,4	51,8
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,8	3,1	0	3	0,7	12,6
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	113,6	73,1	11,2	79,6	16,3	293,8
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	14,4	13,6	10,3	4,5	0,9	43,7
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	3,6	0,8	0	1,9	0,6	6,9
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	688,9	573,9	61,5	568,2	115,7	2008,2
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	27,5	25,4	0,9	19,6	4,7	78,1
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tłuszcz [g]	15,1	15,9	0,3	13,4	3,6	48,3
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,8	3,8	0	2,5	1	12,1
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	111,8	86,8	14,3	92,6	16,1	321,6
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	25,6	12,1	14,1	3,1	0,9	55,8
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,2	0,5	0	1,8	0,6	5,1
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	713,5	583,3	41,5	550,8	95,3	1984,4
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	35	37,4	0,3	20,4	5,9	99
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tłuszcz [g]	11,5	13,9	0,3	16,5	4	46,2
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,5	3,7	0	2,8	2,4	13,4
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	118,7	81,9	10	80,2	8,7	299,5
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	15,5	17	9,7	5,2	8,7	56,1
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	3,3	0,5	0	1,9	0,2	5,9
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	731,5	585,4	98,5	482,4	95,3	1993,1
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	28	41,4	2,3	19	5,9	96,6
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tłuszcz [g]	16,1	13,8	1,1	10,7	4	45,7
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,5	5,4	0,3	3	2,4	16,6
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	120,6	78,7	20	77,7	8,7	305,7
3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	23,6	13,2	10,3	2,5	8,7	58,3

3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,3	1	0,1	3	0,2	6,6
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	737,9	643,6	107,3	438,1	95,3	2022,2
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	34,3	32,3	4,4	19,1	5,9	96
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tłuszcz [g]	13,2	21,3	2,8	9,9	4	51,2
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	4,9	1,6	2,8	2,4	16,4
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	122,5	86,8	16,4	68,3	8,7	302,7
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	25,2	18,4	14,4	4,4	8,7	71,1
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	2,2	0,7	0,1	2,2	0,2	5,4
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	696,2	578,1	89,2	566,1	95,3	2024,9
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	42,9	34,9	0,7	21,5	5,9	105,9
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tłuszcz [g]	11,7	16,5	0,7	15,5	4	48,4
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	3,4	0	2,9	2,4	13,4
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	105,6	75,1	21,7	85,4	8,7	296,5
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	17,5	12,9	17,4	3,7	8,7	60,2
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3,1	0,6	0	2,2	0,2	6,1
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	707,6	705,7	75,5	415,7	118,8	2023,3
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	30,5	34	4,5	16,6	7,9	93,5
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tłuszcz [g]	14,3	25,3	2	9,5	2,3	53,4
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,3	7,4	1,3	2,6	0,7	17,3
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	115,5	90,7	9,7	66,3	16,7	298,9



4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	14,1	16,8	9,1	2,5	1,7	44,2
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,5	1	0,1	1,6	0,4	6,6
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	729,1	561,9	46,5	550,6	102,2	1990,3
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	31,9	39,5	0,5	19,1	3,9	94,9
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	17,2	14,3	0,2	17,7	2,4	51,8
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,8	3,1	0	3	0,7	12,6
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	113,6	73,1	11,2	79,6	16,3	293,8
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	14,4	13,6	10,3	4,5	0,9	43,7
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	3,6	0,8	0	1,9	0,6	6,9
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	688,9	573,9	61,5	568,2	115,7	2008,2
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	27,5	25,4	0,9	19,6	4,7	78,1
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	15,1	15,9	0,3	13,4	3,6	48,3
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,8	3,8	0	2,5	1	12,1
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	111,8	86,8	14,3	92,6	16,1	321,6
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	25,6	12,1	14,1	3,1	0,9	55,8
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,2	0,5	0	1,8	0,6	5,1
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	713,5	583,3	41,5	550,8	95,3	1984,4
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	35	37,4	0,3	20,4	5,9	99
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	11,5	13,9	0,3	16,5	4	46,2
4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,5	3,7	0	2,8	2,4	13,4





5. Dieta bogatoresztkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	721,7	597,2	123,8	444,9	95,3	1982,9
5. Dieta bogatoresztkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	30,2	39,5	5,7	18,7	5,9	100
5. Dieta bogatoresztkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	19,4	16,2	3,8	11,5	4	54,9
5. Dieta bogatoresztkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tluszczowe nasycone [g]	6	2,3	2,2	3,1	2,4	16
5. Dieta bogatoresztkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	113,1	77,3	17,1	71,3	8,7	287,5
5. Dieta bogatoresztkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	16,2	14,9	15,3	3,5	8,7	58,6
5. Dieta bogatoresztkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,2	0,8	0,2	2,9	0,2	6,3
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	726	836,8	107,3	365	95,3	2130,4
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	35,1	41,5	4,4	15,7	5,9	102,6
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tluszcz [g]	18,7	25	2,8	13,5	4	64
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	7,2	3,8	1,6	3,3	2,4	18,3
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	110,1	117	16,4	48,5	8,7	300,7
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	13,6	20,1	14,4	3,3	8,7	60,1
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	7,3	1,2	0,1	1,2	0,2	10
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	705,8	694,7	159,3	420,1	95,3	2075,2
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	36,6	39,8	6	17,4	5,9	105,7
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tluszcz [g]	12,8	27,1	3,9	15,4	4	63,2
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	4,6	4,8	1,4	2,7	2,4	15,9
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	117,7	74,8	26	56,2	8,7	283,4
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	17,5	39,1	6,9	3,7	8,7	75,9
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3	0,6	0,1	1,6	0,2	5,5
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	690,1	655	69,3	446,7	110,5	1971,6



6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	682,7	595,1	95,2	504,3	95,3	1972,6
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	33,9	39	3,1	16,6	5,9	98,5
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	12,4	18,6	2	23,7	4	60,7
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,5	4,6	0,7	3,2	2,4	15,4
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	115,3	73,1	16,8	59,5	8,7	273,4
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	15,5	11	6,5	5,2	8,7	46,9
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	2,8	1,5	0	1,5	0,2	6
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	721,7	597,2	123,8	444,9	95,3	1982,9
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	30,2	39,5	5,7	18,7	5,9	100
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	19,4	16,2	3,8	11,5	4	54,9
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6	2,3	2,2	3,1	2,4	16
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	113,1	77,3	17,1	71,3	8,7	287,5
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	16,2	14,9	15,3	3,5	8,7	58,6
6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,2	0,8	0,2	2,9	0,2	6,3
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	726	836,8	107,3	365	95,3	2130,4
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	35,1	41,5	4,4	15,7	5,9	102,6
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tluszcz [g]	18,7	25	2,8	13,5	4	64
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7,2	3,8	1,6	3,3	2,4	18,3
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	110,1	117	16,4	48,5	8,7	300,7
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	13,6	20,1	14,4	3,3	8,7	60,1
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	7,3	1,2	0,1	1,2	0,2	10
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	705,8	694,7	159,3	420,1	95,3	2075,2

7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	36,6	39,8	6	17,4	5,9	105,7
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tłuszcz [g]	12,8	27,1	3,9	15,4	4	63,2
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,6	4,8	1,4	2,7	2,4	15,9
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	117,7	74,8	26	56,2	8,7	283,4
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	17,5	39,1	6,9	3,7	8,7	75,9
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3	0,6	0,1	1,6	0,2	5,5
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	690,1	655	69,3	446,7	110,5	1971,6
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	31,4	37	4,5	20,6	7,6	101,1
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tłuszcz [g]	16	12,9	2,7	11,7	2,2	45,5
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,6	3,1	1,6	3,1	0,7	14,1
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	111,6	103,3	8,2	69,5	14,9	307,5
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	12,9	14,8	8,2	3,1	1,7	40,7
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,8	1,2	0,1	1,8	0,4	7,3
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	720,8	609,9	124,8	465,7	96,8	2018
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	35,1	33,8	4,8	21,8	3,8	99,3
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tłuszcz [g]	17,7	27,2	3,1	13	2,6	63,6
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,7	4	1,1	3,5	0,7	15
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	111,3	62,5	20,2	70,3	15,5	279,8
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	15	13,1	5,1	3,4	1,4	38
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	2,9	0,9	0,1	1,8	0,6	6,3
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	700	516,7	244,1	507,3	96	2064,1
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	28,3	22	9,4	22,8	5	87,5
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tłuszcz [g]	17	17,5	5,8	15,7	2,3	58,3
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,6	3,1	2,2	2,6	0,6	13,1
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	115,2	70,8	40,3	75,1	14,5	315,9
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	16,5	9,9	11,2	4,2	1,2	43
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,1	0,4	0,1	2,2	0,3	5,1
7.Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	682,7	595,1	95,2	504,3	95,3	1972,6

7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	33,9	39	3,1	16,6	5,9	98,5
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tłuszcz [g]	12,4	18,6	2	23,7	4	60,7
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,5	4,6	0,7	3,2	2,4	15,4
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	115,3	73,1	16,8	59,5	8,7	273,4
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	15,5	11	6,5	5,2	8,7	46,9
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	2,8	1,5	0	1,5	0,2	6
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	721,7	597,2	123,8	444,9	95,3	1982,9
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	30,2	39,5	5,7	18,7	5,9	100
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tłuszcz [g]	19,4	16,2	3,8	11,5	4	54,9
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6	2,3	2,2	3,1	2,4	16
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	113,1	77,3	17,1	71,3	8,7	287,5
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	16,2	14,9	15,3	3,5	8,7	58,6
7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,2	0,8	0,2	2,9	0,2	6,3
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	451,9	681,2	107,3	365	95,3	1700,7
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	19,2	36,3	4,4	15,7	5,9	81,5
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tłuszcz [g]	13,5	23,1	2,8	13,5	4	56,9
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,5	3,6	1,6	3,3	2,4	15,4
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	66,3	86,9	16,4	48,5	8,7	226,8
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	13,3	16,2	14,4	3,3	8,7	55,9
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	1,7	1,1	0,1	1,2	0,2	4,3
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	472	613,4	159,3	420,1	95,3	1760,1
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	25,8	29,5	6	17,4	5,9	84,6
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tłuszcz [g]	10,4	23,5	3,9	15,4	4	57,2
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,1	4,5	1,4	2,7	2,4	15,1
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	72,5	72,5	26	56,2	8,7	235,9
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	17	37,5	6,9	3,7	8,7	73,8
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	1	0,5	0,1	1,6	0,2	3,4
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	457,8	609,2	69,3	405,6	110,5	1652,4



8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	19,6	31,1	4,5	19,1	7,6	81,9
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	13,4	24,2	2,7	11,4	2,2	53,9
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-03 Środa	kwasy tluszczowe nasycone [g]	5	7,6	1,6	3	0,7	17,9
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	68,2	71	8,2	60,9	14,9	223,2
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	12,5	14,6	8,2	3,1	1,7	40,1
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	2	1,1	0,1	1,6	0,4	5,2
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	488,9	596,8	124,8	410,5	96,8	1717,8
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	22,6	32,8	4,8	18	3,8	82
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	15,9	25,9	3,1	17,6	2,6	65,1
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	5,3	4,1	1,1	5,6	0,7	16,8
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	67,2	63,5	20,2	48,7	15,5	215,1
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	13,9	16,3	5,1	3,3	1,4	40
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	1,8	1	0,1	1,3	0,6	4,8
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	494,5	549,3	95,3	364,9	109,2	1613,2
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	21,1	23	5,9	15,9	7,7	73,6
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	15,3	17,7	4	12,6	2,4	52
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	4,3	3,2	2,4	2,3	0,7	12,9
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	72	77,8	8,7	51,4	15	224,9
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	16,2	10,6	8,7	3,5	1,6	40,6
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	1	0,4	0,2	1,5	0,3	3,4
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	475,5	502,3	95,2	504,3	95,3	1672,6
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	18,9	35,6	3,1	16,6	5,9	80,1
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	15,2	17,8	2	23,7	4	62,7
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tluszczowe nasycone [g]	5,8	4,4	0,7	3,2	2,4	16,5
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	69,5	54,3	16,8	59,5	8,7	208,8
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	13,7	10,8	6,5	5,2	8,7	44,9
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	1,7	1,5	0	1,5	0,2	4,9
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry positek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	495,6	597,2	92,9	403,8	133,6	1723,1

8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	21,9	39,5	4,3	17,3	14,8	97,8
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	17,1	16,2	2,8	11,2	6,7	54
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tluszczowe nasycone [g]	6,2	2,3	1,6	3	4	17,1
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-07 Niedziela	weglowodany ogolem [g]	66,6	77,3	12,8	62,6	3,3	222,6
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	14	14,9	11,4	3,4	3,3	47
8. Dieta ubogoenergetyczna 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	1,1	0,8	0,1	2,7	1	5,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	737,9	631,4	143,1	490,8	95,3	2098,5
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	34,3	35,6	5,8	23,4	5,9	105
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-01 Poniedziałek	tluszcz [g]	13,2	17,2	3,7	18,9	4	57
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	4,7	4,7	2,2	9,2	2,4	23,2
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-01 Poniedziałek	weglowodany ogolem [g]	122,5	90,1	21,9	56,7	8,7	299,9
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	25,2	19,8	19,3	7,4	8,7	80,4
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	2,2	0,8	0,2	1,9	0,2	5,3
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	752,5	638,4	66,9	518,6	95,3	2071,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	44,4	37,2	0,5	19,9	5,9	107,9
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-02 Wtorek	tluszcz [g]	17,9	27,2	0,5	15,3	4	64,9
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	7	3,8	0	2,8	2,4	16
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-02 Wtorek	weglowodany ogolem [g]	104,3	63,9	16,3	75,6	8,7	268,8
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	17,3	12,5	13	3,6	8,7	55,1
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3,3	0,6	0	1,9	0,2	6
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	710,2	789,8	100,7	404,8	118,8	2124,3
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	30,6	37,9	6	21,6	7,9	104
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	14,7	31,9	2,7	12,1	2,3	63,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-03 Środa	kwasy tluszczowe nasycone [g]	5,5	12,3	1,7	3,4	0,7	23,6
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-03 Środa	weglowodany ogolem [g]	115	91,9	13	52,9	16,7	289,5
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	13,9	17,3	12,2	2,9	1,7	48
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3	0,9	0,2	1,3	0,4	5,8
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaz "dobry positek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	729,1	764,3	46,5	439,2	102,2	2081,3

9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	31,9	52	0,5	18	3,9	106,3
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	17,2	34,4	0,2	17,1	2,4	71,3
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	5,8	12,2	0	5,6	0,7	24,3
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	113,6	65,9	11,2	54	16,3	261
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	14,4	13,8	10,3	3,8	0,9	43,2
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	3,6	1	0	1,3	0,6	6,5
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	758,3	638,3	125,1	587,1	115,7	2224,5
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	33,3	25,5	4,8	32,6	4,7	100,9
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	19,4	24	3	12,7	3,6	62,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	5,4	9,1	1,6	2,4	1	19,5
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	113,7	84,6	20,1	87,1	16,1	321,6
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	27,3	12,4	19,9	10,4	0,9	70,9
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,3	0,5	0,1	2,2	0,6	5,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	785,5	646,1	41,5	503,3	95,3	2071,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	43,2	37,3	0,3	18,9	5,9	105,6
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	16	21,9	0,3	16,3	4	58,5
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tluszczowe nasycone [g]	6,2	9	0	2,7	2,4	20,3
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	118,3	79,6	10	70,5	8,7	287,1
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	16,6	17,3	9,7	5,1	8,7	57,4
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	3	0,6	0	1,6	0,2	5,4
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	739,9	635,5	98,5	434,9	133,6	2042,4
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	32	41	2,3	17,5	14,8	107,6
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	19,2	17,3	1,1	10,4	6,7	54,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tluszczowe nasycone [g]	6,6	6,1	0,3	3	4	20
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	111,6	83	20	67,9	3,3	285,8
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	14,4	16	10,3	2,4	3,3	46,4
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,4	1	0,1	2,8	1	7,3

WYJAŚNIENIE: Według Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności (Dz. U. UE L Nr 304 z 2011 r., poz. 18 z późn. zm.) każdy produkt powinien być opatrzony informacją o wartości odżywczej, przynajmniej o - wartości energetycznej w kJ i kcal, - zawartości tłuszczu, w tym nasyconych kwasów tłuszczowych, - zawartości węglowodanów, w tym cukrów, - zawartości białka, - zawartości soli. Co oznacza, że błonnik jest składnikiem, który może być wykazany na etykiecie, ale nie musi. Z tego powodu wartości błonnika nie zostały przedstawione - gdyż mimo używania produktów, które uznane są za będące jego źródłem, co nie jest zapisane w składzie, zostałyby przedstawiony w zaniżonej fałszywie ilości - co wnrowadzałoby w błąd konsumenta

