

## Wartosci Odzywcze wybranych planów żywieniowych 15-21.01.2024 ROK

| Plan  | Dzień                   | Wartość odżywcza              | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek dodatkowy | SUMA |
|---|-------------------------|-------------------------------|-----------|-------|--------------|---------|-------------------|------|
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal]   | 772       | 616   | 105          | 484,9   | 120,6             | 2099 |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | białko [g]                    | 33        | 41,3  | 1            | 11,9    | 4,3               | 92   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | tłuszcz [g]                   | 22,3      | 17,7  | 0,3          | 21,3    | 4,8               | 66   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4       | 2,5   | 0,1          | 4,7     | 1,5               | 14   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g]        | 111,8     | 77,2  | 25,3         | 62,3    | 15,3              | 292  |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | cukry [g]                     | 17,8      | 12,1  | 20,7         | 4,7     | 1,7               | 57   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | sól [g]                       | 2,9       | 1,5   | 0            | 2,1     | 0,7               | 7    |
|   |                         |                               |           |       |              |         |                   |      |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | wartość energetyczna [kcal]   | 621,5     | 835,8 | 89,2         | 366,5   | 95,3              | 2008 |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | białko [g]                    | 25,4      | 49,6  | 0,7          | 13,9    | 5,9               | 96   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | tłuszcz [g]                   | 11,5      | 22,3  | 0,7          | 12,4    | 4                 | 51   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,6       | 3,7   | 0            | 3,3     | 2,4               | 14   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | węglowodany ogółem [g]        | 105,2     | 117,4 | 21,7         | 50,6    | 8,7               | 304  |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | cukry [g]                     | 21,9      | 11,8  | 17,4         | 5,5     | 8,7               | 65   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | sól [g]                       | 3         | 0,7   | 0            | 1,5     | 0,2               | 5    |
|   |                         |                               |           |       |              |         |                   |      |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | wartość energetyczna [kcal]   | 725,8     | 754,7 | 61,5         | 361,6   | 107,4             | 2011 |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | białko [g]                    | 34,1      | 44,8  | 0,9          | 10,9    | 4,4               | 95   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | tłuszcz [g]                   | 17,3      | 32,3  | 0,3          | 13,3    | 3,6               | 67   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,6       | 10    | 0            | 2,5     | 1                 | 21   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | węglowodany ogółem [g]        | 110,8     | 75    | 14,3         | 51,2    | 14,3              | 266  |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | cukry [g]                     | 15,2      | 13    | 14,1         | 3,5     | 0,9               | 47   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | sól [g]                       | 7,4       | 1     | 0            | 1,8     | 0,7               | 11   |
|   |                         |                               |           |       |              |         |                   |      |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | wartość energetyczna [kcal]   | 689       | 701,9 | 66,9         | 465,6   | 123,2             | 2047 |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | białko [g]                    | 26,3      | 39,7  | 0,5          | 23,7    | 6,7               | 97   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | tłuszcz [g]                   | 13,4      | 26,9  | 0,5          | 14,1    | 3,9               | 59   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,8       | 8,6   | 0            | 4       | 1,8               | 19   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | węglowodany ogółem [g]        | 117,6     | 81,5  | 16,3         | 61,8    | 15,3              | 293  |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | cukry [g]                     | 24,4      | 17,9  | 13           | 4,1     | 1,7               | 61   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | sól [g]                       | 3,2       | 1,6   | 0            | 1,9     | 2,6               | 9    |

|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-19 Piątek       | wartość energetyczna [kcal]   | 641,3 | 800,6 | 46,5  | 416,9 | 110,5 | 2016 |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-19 Piątek       | białko [g]                    | 28,6  | 36,2  | 0,5   | 11,5  | 7,6   | 84   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-19 Piątek       | tłuszcz [g]                   | 15,7  | 35,4  | 0,2   | 18    | 2,2   | 72   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-19 Piątek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,7   | 5,2   | 0     | 4,6   | 0,7   | 17   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-19 Piątek       | węglowodany ogółem [g]        | 97,4  | 91    | 11,2  | 52,7  | 14,9  | 267  |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-19 Piątek       | cukry [g]                     | 16,4  | 15    | 10,3  | 5,4   | 1,7   | 49   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-19 Piątek       | sól [g]                       | 2,6   | 1     | 0     | 1,8   | 0,4   | 6    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-20 Sobota       | wartość energetyczna [kcal]   | 715,8 | 761,1 | 105   | 365,9 | 133,6 | 2081 |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-20 Sobota       | białko [g]                    | 29,1  | 42,2  | 1     | 18,8  | 14,8  | 106  |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-20 Sobota       | tłuszcz [g]                   | 18,9  | 31,1  | 0,3   | 10,6  | 6,7   | 68   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-20 Sobota       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,9   | 9     | 0,1   | 4,6   | 4     | 25   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-20 Sobota       | węglowodany ogółem [g]        | 109,7 | 82,2  | 25,3  | 49,1  | 3,3   | 270  |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-20 Sobota       | cukry [g]                     | 14,4  | 16,7  | 20,7  | 3,7   | 3,3   | 59   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-20 Sobota       | sól [g]                       | 3,7   | 0,7   | 0     | 6,5   | 1     | 12   |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-21 Niedziela    | wartość energetyczna [kcal]   | 664,3 | 613,6 | 153,3 | 449,2 | 95,3  | 1976 |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-21 Niedziela    | białko [g]                    | 30,3  | 45    | 1,7   | 20    | 5,9   | 103  |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-21 Niedziela    | tłuszcz [g]                   | 22,6  | 17,9  | 8,7   | 10,3  | 4     | 64   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-21 Niedziela    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 8,4   | 2,9   | 1,8   | 3     | 2,4   | 19   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-21 Niedziela    | węglowodany ogółem [g]        | 86,9  | 72,4  | 17,3  | 69,4  | 8,7   | 255  |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-21 Niedziela    | cukry [g]                     | 14,1  | 11,5  | 9,7   | 4,1   | 8,7   | 48   |
| 1. Dieta podstawowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                    | 2024-01-21 Niedziela    | sól [g]                       | 2,1   | 0,5   | 0,2   | 3,3   | 0,2   | 6    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal]   | 796   | 635,5 | 105   | 471,5 | 102,2 | 2110 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | białko [g]                    | 33,6  | 43,7  | 1     | 17,2  | 3,9   | 99   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | tłuszcz [g]                   | 22,4  | 17,2  | 0,3   | 12,7  | 2,4   | 55   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 2,5   | 0,1   | 2,5   | 0,7   | 11   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g]        | 116,9 | 82,2  | 25,3  | 72,2  | 16,3  | 313  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | cukry [g]                     | 17,2  | 15,5  | 20,7  | 3     | 0,9   | 57   |

|  |                         |                               |       |       |      |       |       |      |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|------|
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | sól [g]                       | 2,7   | 0,8   | 0    | 1,8   | 0,6   | 6    |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | wartość energetyczna [kcal]   | 634,7 | 661,4 | 89,2 | 503,3 | 95,3  | 1984 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | białko [g]                    | 26    | 37,5  | 0,7  | 18,6  | 5,9   | 89   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | tłuszcz [g]                   | 11,6  | 20,6  | 0,7  | 13    | 4     | 50   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,6   | 3,1   | 0    | 3,4   | 2,4   | 14   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | węglowodany ogółem [g]        | 107,4 | 86    | 21,7 | 78,7  | 8,7   | 303  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | cukry [g]                     | 21,1  | 12,9  | 17,4 | 4     | 8,7   | 64   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | sól [g]                       | 2,9   | 0,5   | 0    | 1,9   | 0,2   | 6    |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | wartość energetyczna [kcal]   | 778,4 | 624,7 | 61,5 | 482,8 | 115,7 | 2063 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | białko [g]                    | 33,5  | 44,4  | 0,9  | 16,8  | 4,7   | 100  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | tłuszcz [g]                   | 13,9  | 21,4  | 0,3  | 11,4  | 3,6   | 51   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1   | 7,2   | 0    | 2,6   | 1     | 16   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | węglowodany ogółem [g]        | 130,9 | 69,5  | 14,3 | 78,4  | 16,1  | 309  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | cukry [g]                     | 14,9  | 15,4  | 14,1 | 4,7   | 0,9   | 50   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | sól [g]                       | 3,1   | 1     | 0    | 1,8   | 0,6   | 7    |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | wartość energetyczna [kcal]   | 713,5 | 641,4 | 41,5 | 543,8 | 118,8 | 2059 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | białko [g]                    | 27,2  | 40,7  | 0,3  | 26,3  | 7,9   | 102  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | tłuszcz [g]                   | 13,6  | 15,1  | 0,3  | 14,4  | 2,3   | 46   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,8   | 7,6   | 0    | 4     | 0,7   | 17   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | węglowodany ogółem [g]        | 122,7 | 90,8  | 10   | 77,9  | 16,7  | 318  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | cukry [g]                     | 23,7  | 20,1  | 9,7  | 3,5   | 1,7   | 59   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | sól [g]                       | 3     | 0,9   | 0    | 1,9   | 0,4   | 6    |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | wartość energetyczna [kcal]   | 674,8 | 693,5 | 46,5 | 467   | 118,8 | 2001 |

|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | białko [g]                    | 34,7  | 38,3  | 0,5   | 15,5  | 7,9   | 97   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | tluszcz [g]                   | 14,3  | 25,2  | 0,2   | 11    | 2,3   | 53   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 5     | 0     | 2,3   | 0,7   | 13   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | węglowodany ogółem [g]        | 102,7 | 84,6  | 11,2  | 76,7  | 16,7  | 292  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | cukry [g]                     | 16    | 16,7  | 10,3  | 2,6   | 1,7   | 47   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | sól [g]                       | 2,4   | 0,9   | 0     | 1,5   | 0,4   | 5    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | wartość energetyczna [kcal]   | 702,1 | 707,2 | 105   | 462,1 | 95,3  | 2072 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | białko [g]                    | 28,6  | 46,8  | 1     | 20    | 5,9   | 102  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | tluszcz [g]                   | 13,9  | 22,1  | 0,3   | 7,8   | 4     | 48   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1   | 8,4   | 0,1   | 2,3   | 2,4   | 18   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | węglowodany ogółem [g]        | 116,8 | 85,4  | 25,3  | 78    | 8,7   | 314  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | cukry [g]                     | 14,1  | 20,9  | 20,7  | 3,2   | 8,7   | 68   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | sól [g]                       | 3,4   | 0,8   | 0     | 2,4   | 0,2   | 7    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | wartość energetyczna [kcal]   | 728,5 | 579,3 | 170,5 | 472,4 | 95,3  | 2046 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | białko [g]                    | 32,1  | 49,7  | 4     | 18,6  | 5,9   | 110  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | tluszcz [g]                   | 16,8  | 12    | 3,1   | 9,8   | 4     | 46   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,8   | 2,5   | 0,5   | 2,8   | 2,4   | 14   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | węglowodany ogółem [g]        | 114,1 | 72,4  | 31,9  | 77,5  | 8,7   | 305  |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | cukry [g]                     | 14,5  | 11,5  | 16,2  | 2,3   | 8,7   | 53   |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | sól [g]                       | 3,4   | 0,5   | 0,2   | 3     | 0,2   | 7    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                  | 2024-01-15 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal]   | 796   | 635,5 | 105   | 471,5 | 102,2 | 2110 |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                  | 2024-01-15 Poniedziałek | białko [g]                    | 33,6  | 43,7  | 1     | 17,2  | 3,9   | 99   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                  | 2024-01-15 Poniedziałek | tluszcz [g]                   | 22,4  | 17,2  | 0,3   | 12,7  | 2,4   | 55   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                  | 2024-01-15 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 2,5   | 0,1   | 2,5   | 0,7   | 11   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                  | 2024-01-15 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g]        | 116,9 | 82,2  | 25,3  | 72,2  | 16,3  | 313  |

|   |                         |                               |       |       |      |       |       |      |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|------|
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | cukry [g]                     | 17,2  | 15,5  | 20,7 | 3     | 0,9   | 57   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | sól [g]                       | 2,7   | 0,8   | 0    | 1,8   | 0,6   | 6    |
|   |                         |                               |       |       |      |       |       |      |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | wartość energetyczna [kcal]   | 634,7 | 661,4 | 89,2 | 503,3 | 95,3  | 1984 |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | białko [g]                    | 26    | 37,5  | 0,7  | 18,6  | 5,9   | 89   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | tluszcz [g]                   | 11,6  | 20,6  | 0,7  | 13    | 4     | 50   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,6   | 3,1   | 0    | 3,4   | 2,4   | 14   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | węglowodany ogółem [g]        | 107,4 | 86    | 21,7 | 78,7  | 8,7   | 303  |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | cukry [g]                     | 21,1  | 12,9  | 17,4 | 4     | 8,7   | 64   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | sól [g]                       | 2,9   | 0,5   | 0    | 1,9   | 0,2   | 6    |
|   |                         |                               |       |       |      |       |       |      |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | wartość energetyczna [kcal]   | 778,4 | 624,7 | 61,5 | 482,8 | 115,7 | 2063 |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | białko [g]                    | 33,5  | 44,4  | 0,9  | 16,8  | 4,7   | 100  |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | tluszcz [g]                   | 13,9  | 21,4  | 0,3  | 11,4  | 3,6   | 51   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1   | 7,2   | 0    | 2,6   | 1     | 16   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | węglowodany ogółem [g]        | 130,9 | 69,5  | 14,3 | 78,4  | 16,1  | 309  |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | cukry [g]                     | 14,9  | 15,4  | 14,1 | 4,7   | 0,9   | 50   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | sól [g]                       | 3,1   | 1     | 0    | 1,8   | 0,6   | 7    |
|   |                         |                               |       |       |      |       |       |      |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | wartość energetyczna [kcal]   | 713,5 | 641,4 | 41,5 | 543,8 | 118,8 | 2059 |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | białko [g]                    | 27,2  | 40,7  | 0,3  | 26,3  | 7,9   | 102  |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | tluszcz [g]                   | 13,6  | 15,1  | 0,3  | 14,4  | 2,3   | 46   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,8   | 7,6   | 0    | 4     | 0,7   | 17   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | węglowodany ogółem [g]        | 122,7 | 90,8  | 10   | 77,9  | 16,7  | 318  |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | cukry [g]                     | 23,7  | 20,1  | 9,7  | 3,5   | 1,7   | 59   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek     | sól [g]                       | 3     | 0,9   | 0    | 1,9   | 0,4   | 6    |
|   |                         |                               |       |       |      |       |       |      |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | wartość energetyczna [kcal]   | 674,8 | 693,5 | 46,5 | 467   | 118,8 | 2001 |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | białko [g]                    | 34,7  | 38,3  | 0,5  | 15,5  | 7,9   | 97   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | tluszcz [g]                   | 14,3  | 25,2  | 0,2  | 11    | 2,3   | 53   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 5     | 0    | 2,3   | 0,7   | 13   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | węglowodany ogółem [g]        | 102,7 | 84,6  | 11,2 | 76,7  | 16,7  | 292  |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek       | cukry [g]                     | 16    | 16,7  | 10,3 | 2,6   | 1,7   | 47   |

|   |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-19 Piątek       | sól [g]                       | 2,4   | 0,9   | 0     | 1,5   | 0,4   | 5    |
|   |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-20 Sobota       | wartość energetyczna [kcal]   | 702,1 | 707,2 | 105   | 462,1 | 95,3  | 2072 |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-20 Sobota       | białko [g]                    | 28,6  | 46,8  | 1     | 20    | 5,9   | 102  |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-20 Sobota       | tłuszcz [g]                   | 13,9  | 22,1  | 0,3   | 7,8   | 4     | 48   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-20 Sobota       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1   | 8,4   | 0,1   | 2,3   | 2,4   | 18   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-20 Sobota       | węglowodany ogółem [g]        | 116,8 | 85,4  | 25,3  | 78    | 8,7   | 314  |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-20 Sobota       | cukry [g]                     | 14,1  | 20,9  | 20,7  | 3,2   | 8,7   | 68   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-20 Sobota       | sól [g]                       | 3,4   | 0,8   | 0     | 2,4   | 0,2   | 7    |
|   |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-21 Niedziela    | wartość energetyczna [kcal]   | 728,5 | 579,3 | 170,5 | 472,4 | 95,3  | 2046 |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-21 Niedziela    | białko [g]                    | 32,1  | 49,7  | 4     | 18,6  | 5,9   | 110  |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-21 Niedziela    | tłuszcz [g]                   | 16,8  | 12    | 3,1   | 9,8   | 4     | 46   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-21 Niedziela    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,8   | 2,5   | 0,5   | 2,8   | 2,4   | 14   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-21 Niedziela    | węglowodany ogółem [g]        | 114,1 | 72,4  | 31,9  | 77,5  | 8,7   | 305  |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-21 Niedziela    | cukry [g]                     | 14,5  | 11,5  | 16,2  | 2,3   | 8,7   | 53   |
| 2. Dieta lekkostrawna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                         | 2024-01-21 Niedziela    | sól [g]                       | 3,4   | 0,5   | 0,2   | 3     | 0,2   | 7    |
|   |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal]   | 796   | 635,5 | 105   | 471,5 | 102,2 | 2110 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | białko [g]                    | 33,6  | 43,7  | 1     | 17,2  | 3,9   | 99   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | tłuszcz [g]                   | 22,4  | 17,2  | 0,3   | 12,7  | 2,4   | 55   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 2,5   | 0,1   | 2,5   | 0,7   | 11   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g]        | 116,9 | 82,2  | 25,3  | 72,2  | 16,3  | 313  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | cukry [g]                     | 17,2  | 15,5  | 20,7  | 3     | 0,9   | 57   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | sól [g]                       | 2,7   | 0,8   | 0     | 1,8   | 0,6   | 6    |
|   |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | wartość energetyczna [kcal]   | 634,7 | 661,4 | 89,2  | 503,3 | 95,3  | 1984 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | białko [g]                    | 26    | 37,5  | 0,7   | 18,6  | 5,9   | 89   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | tłuszcz [g]                   | 11,6  | 20,6  | 0,7   | 13    | 4     | 50   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,6   | 3,1   | 0     | 3,4   | 2,4   | 14   |

|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|------|
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek   | węglowodany ogółem [g]        | 107,4 | 86    | 21,7 | 78,7  | 8,7   | 303  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek   | cukry [g]                     | 21,1  | 12,9  | 17,4 | 4     | 8,7   | 64   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek   | sól [g]                       | 2,9   | 0,5   | 0    | 1,9   | 0,2   | 6    |
|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | wartość energetyczna [kcal]   | 778,4 | 624,7 | 61,5 | 482,8 | 115,7 | 2063 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | białko [g]                    | 33,5  | 44,4  | 0,9  | 16,8  | 4,7   | 100  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | tłuszcz [g]                   | 13,9  | 21,4  | 0,3  | 11,4  | 3,6   | 51   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1   | 7,2   | 0    | 2,6   | 1     | 16   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | węglowodany ogółem [g]        | 130,9 | 69,5  | 14,3 | 78,4  | 16,1  | 309  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | cukry [g]                     | 14,9  | 15,4  | 14,1 | 4,7   | 0,9   | 50   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | sól [g]                       | 3,1   | 1     | 0    | 1,8   | 0,6   | 7    |
|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | wartość energetyczna [kcal]   | 713,5 | 641,4 | 41,5 | 543,8 | 118,8 | 2059 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | białko [g]                    | 27,2  | 40,7  | 0,3  | 26,3  | 7,9   | 102  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | tłuszcz [g]                   | 13,6  | 15,1  | 0,3  | 14,4  | 2,3   | 46   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,8   | 7,6   | 0    | 4     | 0,7   | 17   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | węglowodany ogółem [g]        | 122,7 | 90,8  | 10   | 77,9  | 16,7  | 318  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | cukry [g]                     | 23,7  | 20,1  | 9,7  | 3,5   | 1,7   | 59   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | sól [g]                       | 3     | 0,9   | 0    | 1,9   | 0,4   | 6    |
|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | wartość energetyczna [kcal]   | 674,8 | 693,5 | 46,5 | 467   | 118,8 | 2001 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | białko [g]                    | 34,7  | 38,3  | 0,5  | 15,5  | 7,9   | 97   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | tłuszcz [g]                   | 14,3  | 25,2  | 0,2  | 11    | 2,3   | 53   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 5     | 0    | 2,3   | 0,7   | 13   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | węglowodany ogółem [g]        | 102,7 | 84,6  | 11,2 | 76,7  | 16,7  | 292  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | cukry [g]                     | 16    | 16,7  | 10,3 | 2,6   | 1,7   | 47   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż<br>dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | sól [g]                       | 2,4   | 0,9   | 0    | 1,5   | 0,4   | 5    |

|   |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-20 Sobota       | wartość energetyczna [kcal]   | 702,1 | 707,2 | 105   | 462,1 | 95,3  | 2072 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-20 Sobota       | białko [g]                    | 28,6  | 46,8  | 1     | 20    | 5,9   | 102  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-20 Sobota       | tłuszcz [g]                   | 13,9  | 22,1  | 0,3   | 7,8   | 4     | 48   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-20 Sobota       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1   | 8,4   | 0,1   | 2,3   | 2,4   | 18   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-20 Sobota       | węglowodany ogółem [g]        | 116,8 | 85,4  | 25,3  | 78    | 8,7   | 314  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-20 Sobota       | cukry [g]                     | 14,1  | 20,9  | 20,7  | 3,2   | 8,7   | 68   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-20 Sobota       | sól [g]                       | 3,4   | 0,8   | 0     | 2,4   | 0,2   | 7    |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-21 Niedziela    | wartość energetyczna [kcal]   | 728,5 | 579,3 | 170,5 | 472,4 | 95,3  | 2046 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-21 Niedziela    | białko [g]                    | 32,1  | 49,7  | 4     | 18,6  | 5,9   | 110  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-21 Niedziela    | tłuszcz [g]                   | 16,8  | 12    | 3,1   | 9,8   | 4     | 46   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-21 Niedziela    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,8   | 2,5   | 0,5   | 2,8   | 2,4   | 14   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-21 Niedziela    | węglowodany ogółem [g]        | 114,1 | 72,4  | 31,9  | 77,5  | 8,7   | 305  |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-21 Niedziela    | cukry [g]                     | 14,5  | 11,5  | 16,2  | 2,3   | 8,7   | 53   |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-21 Niedziela    | sól [g]                       | 3,4   | 0,5   | 0,2   | 3     | 0,2   | 7    |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal]   | 796   | 635,5 | 105   | 471,5 | 102,2 | 2110 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | białko [g]                    | 33,6  | 43,7  | 1     | 17,2  | 3,9   | 99   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | tłuszcz [g]                   | 22,4  | 17,2  | 0,3   | 12,7  | 2,4   | 55   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 2,5   | 0,1   | 2,5   | 0,7   | 11   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g]        | 116,9 | 82,2  | 25,3  | 72,2  | 16,3  | 313  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | cukry [g]                     | 17,2  | 15,5  | 20,7  | 3     | 0,9   | 57   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | sól [g]                       | 2,7   | 0,8   | 0     | 1,8   | 0,6   | 6    |



|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |  |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|------|--|
|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek   | wartość energetyczna [kcal]   | 634,7 | 661,4 | 89,2 | 503,3 | 95,3  | 1984 |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek   | białko [g]                    | 26    | 37,5  | 0,7  | 18,6  | 5,9   | 89   |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek   | tłuszcz [g]                   | 11,6  | 20,6  | 0,7  | 13    | 4     | 50   |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek   | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,6   | 3,1   | 0    | 3,4   | 2,4   | 14   |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek   | węglowodany ogółem [g]        | 107,4 | 86    | 21,7 | 78,7  | 8,7   | 303  |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek   | cukry [g]                     | 21,1  | 12,9  | 17,4 | 4     | 8,7   | 64   |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek   | sól [g]                       | 2,9   | 0,5   | 0    | 1,9   | 0,2   | 6    |  |
|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | wartość energetyczna [kcal]   | 778,4 | 624,7 | 61,5 | 482,8 | 115,7 | 2063 |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | białko [g]                    | 33,5  | 44,4  | 0,9  | 16,8  | 4,7   | 100  |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | tłuszcz [g]                   | 13,9  | 21,4  | 0,3  | 11,4  | 3,6   | 51   |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1   | 7,2   | 0    | 2,6   | 1     | 16   |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | węglowodany ogółem [g]        | 130,9 | 69,5  | 14,3 | 78,4  | 16,1  | 309  |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | cukry [g]                     | 14,9  | 15,4  | 14,1 | 4,7   | 0,9   | 50   |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | sól [g]                       | 3,1   | 1     | 0    | 1,8   | 0,6   | 7    |  |
|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | wartość energetyczna [kcal]   | 713,5 | 641,4 | 41,5 | 543,8 | 118,8 | 2059 |  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | białko [g]                    | 27,2  | 40,7  | 0,3  | 26,3  | 7,9   | 102  |  |

|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|------|
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | tluszcz [g]                   | 13,6  | 15,1  | 0,3  | 14,4  | 2,3   | 46   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,8   | 7,6   | 0    | 4     | 0,7   | 17   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | węglowodany ogółem [g]        | 122,7 | 90,8  | 10   | 77,9  | 16,7  | 318  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | cukry [g]                     | 23,7  | 20,1  | 9,7  | 3,5   | 1,7   | 59   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | sól [g]                       | 3     | 0,9   | 0    | 1,9   | 0,4   | 6    |
|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | wartość energetyczna [kcal]   | 674,8 | 693,5 | 46,5 | 467   | 118,8 | 2001 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | białko [g]                    | 34,7  | 38,3  | 0,5  | 15,5  | 7,9   | 97   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | tluszcz [g]                   | 14,3  | 25,2  | 0,2  | 11    | 2,3   | 53   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 5     | 0    | 2,3   | 0,7   | 13   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | węglowodany ogółem [g]        | 102,7 | 84,6  | 11,2 | 76,7  | 16,7  | 292  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | cukry [g]                     | 16    | 16,7  | 10,3 | 2,6   | 1,7   | 47   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | sól [g]                       | 2,4   | 0,9   | 0    | 1,5   | 0,4   | 5    |
|  |                     |                               |       |       |      |       |       |      |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | wartość energetyczna [kcal]   | 702,1 | 707,2 | 105  | 462,1 | 95,3  | 2072 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | białko [g]                    | 28,6  | 46,8  | 1    | 20    | 5,9   | 102  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | tluszcz [g]                   | 13,9  | 22,1  | 0,3  | 7,8   | 4     | 48   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1   | 8,4   | 0,1  | 2,3   | 2,4   | 18   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | węglowodany ogółem [g]        | 116,8 | 85,4  | 25,3 | 78    | 8,7   | 314  |

|  |                         |                               |       |       |       |       |      |      |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | cukry [g]                     | 14,1  | 20,9  | 20,7  | 3,2   | 8,7  | 68   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | sól [g]                       | 3,4   | 0,8   | 0     | 2,4   | 0,2  | 7    |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | wartość energetyczna [kcal]   | 728,5 | 579,3 | 170,5 | 472,4 | 95,3 | 2046 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | białko [g]                    | 32,1  | 49,7  | 4     | 18,6  | 5,9  | 110  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | tłuszcz [g]                   | 16,8  | 12    | 3,1   | 9,8   | 4    | 46   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,8   | 2,5   | 0,5   | 2,8   | 2,4  | 14   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | węglowodany ogółem [g]        | 114,1 | 72,4  | 31,9  | 77,5  | 8,7  | 305  |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | cukry [g]                     | 14,5  | 11,5  | 16,2  | 2,3   | 8,7  | 53   |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających<br>wydzielanie soku żołądkowego 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | sól [g]                       | 3,4   | 0,5   | 0,2   | 3     | 0,2  | 7    |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-15 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal]   | 782,6 | 623,5 | 136   | 481,5 | 96,8 | 2120 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-15 Poniedziałek | białko [g]                    | 34,2  | 40,6  | 6,9   | 12,6  | 3,8  | 98   |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-15 Poniedziałek | tłuszcz [g]                   | 23,3  | 17,1  | 4,5   | 21,9  | 2,6  | 69   |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-15 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 2,1   | 2,3   | 4,7   | 0,7  | 15   |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-15 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g]        | 115,2 | 79,8  | 17,2  | 62,4  | 15,5 | 290  |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-15 Poniedziałek | cukry [g]                     | 17,1  | 8,7   | 7,9   | 3,9   | 1,4  | 39   |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-15 Poniedziałek | sól [g]                       | 2,6   | 1,4   | 0,2   | 1,9   | 0,6  | 7    |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-16 Wtorek       | wartość energetyczna [kcal]   | 674,2 | 689,7 | 168,2 | 366,9 | 95,3 | 1994 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-16 Wtorek       | białko [g]                    | 32,1  | 42,3  | 6,1   | 14,7  | 5,9  | 101  |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-16 Wtorek       | tłuszcz [g]                   | 14,6  | 21,1  | 4     | 13,1  | 4    | 57   |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-16 Wtorek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9   | 3,5   | 1,4   | 3,4   | 2,4  | 16   |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-16 Wtorek       | węglowodany ogółem [g]        | 109,7 | 89,8  | 28,2  | 51,6  | 8,7  | 288  |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-16 Wtorek       | cukry [g]                     | 14,1  | 10,4  | 8,7   | 5,6   | 8,7  | 48   |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek   | 2024-01-16 Wtorek       | sól [g]                       | 2,8   | 0,7   | 0,1   | 1,3   | 0,2  | 5    |



|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                   | 2024-01-21 Niedziela    | wartość energetyczna [kcal]   | 634,6 | 621,1 | 122,2 | 437,3 | 95,3  | 1911 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                   | 2024-01-21 Niedziela    | białko [g]                    | 28,9  | 44,3  | 4,7   | 18,5  | 5,9   | 102  |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                   | 2024-01-21 Niedziela    | tluszcz [g]                   | 19,3  | 17,2  | 3     | 10,7  | 4     | 54   |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                   | 2024-01-21 Niedziela    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,4   | 2,5   | 1,6   | 2,8   | 2,4   | 16   |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                   | 2024-01-21 Niedziela    | węglowodany ogółem [g]        | 90,9  | 75    | 19,8  | 71,6  | 8,7   | 266  |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                   | 2024-01-21 Niedziela    | cukry [g]                     | 14,6  | 8,1   | 17,1  | 3,2   | 8,7   | 52   |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                                   | 2024-01-21 Niedziela    | sól [g]                       | 1,8   | 0,4   | 0,1   | 3     | 0,2   | 6    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal]   | 782,6 | 623,5 | 136   | 481,5 | 96,8  | 2120 |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | białko [g]                    | 34,2  | 40,6  | 6,9   | 12,6  | 3,8   | 98   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | tluszcz [g]                   | 23,3  | 17,1  | 4,5   | 21,9  | 2,6   | 69   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 2,1   | 2,3   | 4,7   | 0,7   | 15   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g]        | 115,2 | 79,8  | 17,2  | 62,4  | 15,5  | 290  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | cukry [g]                     | 17,1  | 8,7   | 7,9   | 3,9   | 1,4   | 39   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-15 Poniedziałek | sól [g]                       | 2,6   | 1,4   | 0,2   | 1,9   | 0,6   | 7    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | wartość energetyczna [kcal]   | 674,2 | 689,7 | 168,2 | 366,9 | 95,3  | 1994 |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | białko [g]                    | 32,1  | 42,3  | 6,1   | 14,7  | 5,9   | 101  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | tluszcz [g]                   | 14,6  | 21,1  | 4     | 13,1  | 4     | 57   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9   | 3,5   | 1,4   | 3,4   | 2,4   | 16   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | węglowodany ogółem [g]        | 109,7 | 89,8  | 28,2  | 51,6  | 8,7   | 288  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | cukry [g]                     | 14,1  | 10,4  | 8,7   | 5,6   | 8,7   | 48   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-16 Wtorek       | sól [g]                       | 2,8   | 0,7   | 0,1   | 1,3   | 0,2   | 5    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | wartość energetyczna [kcal]   | 769,8 | 624,4 | 133,4 | 359,2 | 104,8 | 1992 |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | białko [g]                    | 38,3  | 39    | 16,7  | 11,7  | 4,5   | 110  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | tluszcz [g]                   | 20,3  | 22,3  | 0,2   | 13,9  | 3,7   | 60   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa        | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 8,1   | 3,7   | 0     | 2,5   | 1     | 15   |

|  |                     |                               |       |       |       |       |       |      |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | węglowodany ogółem [g]        | 115   | 71,6  | 16,7  | 51,5  | 14,1  | 269  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | cukry [g]                     | 15    | 11,1  | 15,8  | 3     | 0,5   | 45   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | sól [g]                       | 7,6   | 0,9   | 0,1   | 1,6   | 0,6   | 11   |
|  |                     |                               |       |       |       |       |       |      |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | wartość energetyczna [kcal]   | 703,5 | 639,2 | 85,8  | 459,6 | 120,5 | 2009 |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | białko [g]                    | 36,2  | 45    | 4,1   | 24,5  | 6,8   | 117  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | tłuszcz [g]                   | 14,5  | 13,2  | 2,8   | 14,8  | 4,1   | 49   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9   | 3,3   | 1,6   | 4     | 1,8   | 16   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | węglowodany ogółem [g]        | 113,1 | 92,1  | 11,2  | 61,7  | 15    | 293  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | cukry [g]                     | 15,9  | 18,3  | 10,2  | 2,9   | 1,3   | 49   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | sól [g]                       | 3     | 1,7   | 0,1   | 1,7   | 2,6   | 9    |
|  |                     |                               |       |       |       |       |       |      |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | wartość energetyczna [kcal]   | 490,7 | 834,4 | 112,7 | 414,1 | 107,8 | 1960 |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | białko [g]                    | 23    | 37,9  | 6,7   | 12,2  | 7,7   | 88   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | tłuszcz [g]                   | 11,9  | 35,5  | 4,2   | 18,6  | 2,4   | 73   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,4   | 5,2   | 2,4   | 4,6   | 0,7   | 16   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | węglowodany ogółem [g]        | 77,9  | 97,1  | 12,4  | 53    | 14,7  | 255  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | cukry [g]                     | 6,7   | 15,7  | 11,2  | 4,9   | 1,3   | 40   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | sól [g]                       | 2     | 1     | 0,2   | 1,6   | 0,3   | 5    |
|  |                     |                               |       |       |       |       |       |      |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | wartość energetyczna [kcal]   | 683,2 | 639,1 | 162,2 | 403,3 | 95,3  | 1983 |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | białko [g]                    | 29,2  | 40,5  | 5,7   | 22    | 5,9   | 103  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | tłuszcz [g]                   | 15,1  | 21,9  | 3,5   | 8,5   | 4     | 53   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,2   | 3,2   | 1,5   | 2,3   | 2,4   | 15   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | węglowodany ogółem [g]        | 113,8 | 73,4  | 27,7  | 64,1  | 8,7   | 288  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | cukry [g]                     | 13,7  | 13,4  | 13,4  | 5,3   | 8,7   | 55   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | sól [g]                       | 3,3   | 0,7   | 0,1   | 2,2   | 0,2   | 7    |

|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | wartość energetyczna [kcal]   | 634,6 | 621,1 | 122,2 | 437,3 | 95,3  | 1911 |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | białko [g]                    | 28,9  | 44,3  | 4,7   | 18,5  | 5,9   | 102  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | tłuszcz [g]                   | 19,3  | 17,2  | 3     | 10,7  | 4     | 54   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,4   | 2,5   | 1,6   | 2,8   | 2,4   | 16   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | węglowodany ogółem [g]        | 90,9  | 75    | 19,8  | 71,6  | 8,7   | 266  |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | cukry [g]                     | 14,6  | 8,1   | 17,1  | 3,2   | 8,7   | 52   |
| 6. Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | sól [g]                       | 1,8   | 0,4   | 0,1   | 3     | 0,2   | 6    |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-15 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal]   | 782,6 | 623,5 | 136   | 481,5 | 96,8  | 2120 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-15 Poniedziałek | białko [g]                    | 34,2  | 40,6  | 6,9   | 12,6  | 3,8   | 98   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-15 Poniedziałek | tłuszcz [g]                   | 23,3  | 17,1  | 4,5   | 21,9  | 2,6   | 69   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-15 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 2,1   | 2,3   | 4,7   | 0,7   | 15   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-15 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g]        | 115,2 | 79,8  | 17,2  | 62,4  | 15,5  | 290  |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-15 Poniedziałek | cukry [g]                     | 17,1  | 8,7   | 7,9   | 3,9   | 1,4   | 39   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-15 Poniedziałek | sól [g]                       | 2,6   | 1,4   | 0,2   | 1,9   | 0,6   | 7    |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-16 Wtorek       | wartość energetyczna [kcal]   | 674,2 | 689,7 | 168,2 | 366,9 | 95,3  | 1994 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-16 Wtorek       | białko [g]                    | 32,1  | 42,3  | 6,1   | 14,7  | 5,9   | 101  |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-16 Wtorek       | tłuszcz [g]                   | 14,6  | 21,1  | 4     | 13,1  | 4     | 57   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-16 Wtorek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9   | 3,5   | 1,4   | 3,4   | 2,4   | 16   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-16 Wtorek       | węglowodany ogółem [g]        | 109,7 | 89,8  | 28,2  | 51,6  | 8,7   | 288  |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-16 Wtorek       | cukry [g]                     | 14,1  | 10,4  | 8,7   | 5,6   | 8,7   | 48   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-16 Wtorek       | sól [g]                       | 2,8   | 0,7   | 0,1   | 1,3   | 0,2   | 5    |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-17 Środa        | wartość energetyczna [kcal]   | 769,8 | 624,4 | 133,4 | 359,2 | 104,8 | 1992 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek        | 2024-01-17 Środa        | białko [g]                    | 38,3  | 39    | 16,7  | 11,7  | 4,5   | 110  |

|  |                     |                               |       |       |       |       |       |      |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | tłuszcz [g]                   | 20,3  | 22,3  | 0,2   | 13,9  | 3,7   | 60   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 8,1   | 3,7   | 0     | 2,5   | 1     | 15   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | węglowodany ogółem [g]        | 115   | 71,6  | 16,7  | 51,5  | 14,1  | 269  |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | cukry [g]                     | 15    | 11,1  | 15,8  | 3     | 0,5   | 45   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa    | sól [g]                       | 7,6   | 0,9   | 0,1   | 1,6   | 0,6   | 11   |
|  |                     |                               |       |       |       |       |       |      |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | wartość energetyczna [kcal]   | 703,5 | 639,2 | 85,8  | 459,6 | 120,5 | 2009 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | białko [g]                    | 36,2  | 45    | 4,1   | 24,5  | 6,8   | 117  |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | tłuszcz [g]                   | 14,5  | 13,2  | 2,8   | 14,8  | 4,1   | 49   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9   | 3,3   | 1,6   | 4     | 1,8   | 16   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | węglowodany ogółem [g]        | 113,1 | 92,1  | 11,2  | 61,7  | 15    | 293  |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | cukry [g]                     | 15,9  | 18,3  | 10,2  | 2,9   | 1,3   | 49   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek | sól [g]                       | 3     | 1,7   | 0,1   | 1,7   | 2,6   | 9    |
|  |                     |                               |       |       |       |       |       |      |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | wartość energetyczna [kcal]   | 490,7 | 834,4 | 112,7 | 414,1 | 107,8 | 1960 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | białko [g]                    | 23    | 37,9  | 6,7   | 12,2  | 7,7   | 88   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | tłuszcz [g]                   | 11,9  | 35,5  | 4,2   | 18,6  | 2,4   | 73   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,4   | 5,2   | 2,4   | 4,6   | 0,7   | 16   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | węglowodany ogółem [g]        | 77,9  | 97,1  | 12,4  | 53    | 14,7  | 255  |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | cukry [g]                     | 6,7   | 15,7  | 11,2  | 4,9   | 1,3   | 40   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek   | sól [g]                       | 2     | 1     | 0,2   | 1,6   | 0,3   | 5    |
|  |                     |                               |       |       |       |       |       |      |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | wartość energetyczna [kcal]   | 683,2 | 639,1 | 162,2 | 403,3 | 95,3  | 1983 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | białko [g]                    | 29,2  | 40,5  | 5,7   | 22    | 5,9   | 103  |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | tłuszcz [g]                   | 15,1  | 21,9  | 3,5   | 8,5   | 4     | 53   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,2   | 3,2   | 1,5   | 2,3   | 2,4   | 15   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota   | węglowodany ogółem [g]        | 113,8 | 73,4  | 27,7  | 64,1  | 8,7   | 288  |



|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | cukry [g]                     | 13,7  | 13,4  | 13,4  | 5,3   | 8,7   | 55   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota       | sól [g]                       | 3,3   | 0,7   | 0,1   | 2,2   | 0,2   | 7    |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | wartość energetyczna [kcal]   | 634,6 | 621,1 | 122,2 | 437,3 | 95,3  | 1911 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | białko [g]                    | 28,9  | 44,3  | 4,7   | 18,5  | 5,9   | 102  |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | tłuszcz [g]                   | 19,3  | 17,2  | 3     | 10,7  | 4     | 54   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,4   | 2,5   | 1,6   | 2,8   | 2,4   | 16   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | węglowodany ogółem [g]        | 90,9  | 75    | 19,8  | 71,6  | 8,7   | 266  |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | cukry [g]                     | 14,6  | 8,1   | 17,1  | 3,2   | 8,7   | 52   |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 15-21.01.2024 rok<br>Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | sól [g]                       | 1,8   | 0,4   | 0,1   | 3     | 0,2   | 6    |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-15 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal]   | 508,9 | 521,3 | 136   | 410   | 96,8  | 1673 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-15 Poniedziałek | białko [g]                    | 22,8  | 38    | 6,9   | 11,1  | 3,8   | 83   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-15 Poniedziałek | tłuszcz [g]                   | 16,9  | 17    | 4,5   | 16,9  | 2,6   | 58   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-15 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,7   | 2,1   | 2,3   | 3,8   | 0,7   | 14   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-15 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g]        | 69,6  | 57,1  | 17,2  | 56,9  | 15,5  | 216  |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-15 Poniedziałek | cukry [g]                     | 15,4  | 8,4   | 7,9   | 3,1   | 1,4   | 36   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-15 Poniedziałek | sól [g]                       | 1,5   | 1,4   | 0,2   | 1,6   | 0,6   | 5    |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-16 Wtorek       | wartość energetyczna [kcal]   | 468,7 | 578,3 | 168,2 | 366,9 | 95,3  | 1677 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-16 Wtorek       | białko [g]                    | 24,9  | 38,2  | 6,1   | 14,7  | 5,9   | 90   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-16 Wtorek       | tłuszcz [g]                   | 12,8  | 16,1  | 4     | 13,1  | 4     | 50   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-16 Wtorek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,6   | 2,8   | 1,4   | 3,4   | 2,4   | 15   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-16 Wtorek       | węglowodany ogółem [g]        | 66,5  | 76    | 28,2  | 51,6  | 8,7   | 231  |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-16 Wtorek       | cukry [g]                     | 13,9  | 8     | 8,7   | 5,6   | 8,7   | 45   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-16 Wtorek       | sól [g]                       | 1,7   | 0,5   | 0,1   | 1,3   | 0,2   | 4    |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-17 Środa        | wartość energetyczna [kcal]   | 564,3 | 533,9 | 133,4 | 359,2 | 104,8 | 1696 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-17 Środa        | białko [g]                    | 31,1  | 37,1  | 16,7  | 11,7  | 4,5   | 101  |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-17 Środa        | tłuszcz [g]                   | 18,6  | 21,7  | 0,2   | 13,9  | 3,7   | 58   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek                             | 2024-01-17 Środa        | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,8   | 3,6   | 0     | 2,5   | 1     | 15   |

|  |                      |                               |       |       |       |       |       |      |
|--|----------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa     | węglowodany ogółem [g]        | 71,8  | 51,4  | 16,7  | 51,5  | 14,1  | 206  |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa     | cukry [g]                     | 14,8  | 11    | 15,8  | 3     | 0,5   | 45   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-17 Środa     | sól [g]                       | 6,5   | 0,9   | 0,1   | 1,6   | 0,6   | 10   |
|  |                      |                               |       |       |       |       |       |      |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek  | wartość energetyczna [kcal]   | 498,1 | 577,9 | 85,8  | 459,6 | 120,5 | 1742 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek  | białko [g]                    | 29    | 36,8  | 4,1   | 24,5  | 6,8   | 101  |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek  | tluszcz [g]                   | 12,8  | 12,3  | 2,8   | 14,8  | 4,1   | 47   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek  | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,6   | 3,1   | 1,6   | 4     | 1,8   | 15   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek  | węglowodany ogółem [g]        | 69,9  | 86,8  | 11,2  | 61,7  | 15    | 245  |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek  | cukry [g]                     | 15,6  | 18,2  | 10,2  | 2,9   | 1,3   | 48   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek  | sól [g]                       | 1,9   | 1,5   | 0,1   | 1,7   | 2,6   | 8    |
|  |                      |                               |       |       |       |       |       |      |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | wartość energetyczna [kcal]   | 285,2 | 834,4 | 112,7 | 414,1 | 107,8 | 1754 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | białko [g]                    | 15,8  | 37,9  | 6,7   | 12,2  | 7,7   | 80   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | tluszcz [g]                   | 10,2  | 35,5  | 4,2   | 18,6  | 2,4   | 71   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,1   | 5,2   | 2,4   | 4,6   | 0,7   | 16   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | węglowodany ogółem [g]        | 34,7  | 97,1  | 12,4  | 53    | 14,7  | 212  |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | cukry [g]                     | 6,4   | 15,7  | 11,2  | 4,9   | 1,3   | 40   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | sól [g]                       | 0,9   | 1     | 0,2   | 1,6   | 0,3   | 4    |
|  |                      |                               |       |       |       |       |       |      |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | wartość energetyczna [kcal]   | 477,7 | 549,4 | 162,2 | 403,3 | 95,3  | 1688 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | białko [g]                    | 22    | 37,5  | 5,7   | 22    | 5,9   | 93   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | tluszcz [g]                   | 13,4  | 21,5  | 3,5   | 8,5   | 4     | 51   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5     | 3,2   | 1,5   | 2,3   | 2,4   | 14   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | węglowodany ogółem [g]        | 70,6  | 54,6  | 27,7  | 64,1  | 8,7   | 226  |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | cukry [g]                     | 13,4  | 13,4  | 13,4  | 5,3   | 8,7   | 54   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | sól [g]                       | 2,2   | 0,6   | 0,1   | 2,2   | 0,2   | 5    |
|  |                      |                               |       |       |       |       |       |      |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | wartość energetyczna [kcal]   | 521,6 | 553   | 122,2 | 437,3 | 95,3  | 1729 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | białko [g]                    | 24,9  | 42,6  | 4,7   | 18,5  | 5,9   | 97   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | tluszcz [g]                   | 18,4  | 17,2  | 3     | 10,7  | 4     | 53   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,3   | 2,5   | 1,6   | 2,8   | 2,4   | 16   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | węglowodany ogółem [g]        | 67,2  | 59,9  | 19,8  | 71,6  | 8,7   | 227  |

|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | cukry [g]                     | 14,4  | 7,9   | 17,1  | 3,2   | 8,7   | 51   |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela    | sól [g]                       | 1,2   | 0,4   | 0,1   | 3     | 0,2   | 5    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-15 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal]   | 796   | 635,5 | 192   | 471,5 | 102,2 | 2197 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-15 Poniedziałek | białko [g]                    | 33,6  | 43,7  | 17,2  | 17,2  | 3,9   | 116  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-15 Poniedziałek | tłuszcz [g]                   | 22,4  | 17,2  | 0,3   | 12,7  | 2,4   | 55   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-15 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4   | 2,5   | 0,1   | 2,5   | 0,7   | 11   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-15 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g]        | 116,9 | 82,2  | 30,9  | 72,2  | 16,3  | 319  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-15 Poniedziałek | cukry [g]                     | 17,2  | 15,5  | 26,2  | 3     | 0,9   | 63   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-15 Poniedziałek | sól [g]                       | 2,7   | 0,8   | 0,1   | 1,8   | 0,6   | 6    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-16 Wtorek       | wartość energetyczna [kcal]   | 634,7 | 721,7 | 239,1 | 384,6 | 95,3  | 2075 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-16 Wtorek       | białko [g]                    | 26    | 46,3  | 11,5  | 14,8  | 5,9   | 105  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-16 Wtorek       | tłuszcz [g]                   | 11,6  | 23,4  | 10,1  | 12,4  | 4     | 62   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-16 Wtorek       | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,6   | 3,4   | 6,5   | 3,3   | 2,4   | 20   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-16 Wtorek       | węglowodany ogółem [g]        | 107,4 | 86,1  | 27,1  | 54,2  | 8,7   | 284  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-16 Wtorek       | cukry [g]                     | 21,1  | 12,9  | 22,8  | 3,8   | 8,7   | 69   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-16 Wtorek       | sól [g]                       | 2,9   | 0,6   | 0,1   | 1,4   | 0,2   | 5    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-17 Środa        | wartość energetyczna [kcal]   | 804,8 | 624,7 | 148,5 | 364,1 | 115,7 | 2058 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-17 Środa        | białko [g]                    | 38,9  | 44,4  | 17,1  | 12,9  | 4,7   | 118  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-17 Środa        | tłuszcz [g]                   | 14,1  | 21,4  | 0,3   | 10,8  | 3,6   | 50   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-17 Środa        | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,2   | 7,2   | 0     | 2,5   | 1     | 16   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-17 Środa        | węglowodany ogółem [g]        | 131,9 | 69,5  | 19,8  | 54    | 16,1  | 291  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-17 Środa        | cukry [g]                     | 15,7  | 15,4  | 19,6  | 4,5   | 0,9   | 56   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-17 Środa        | sól [g]                       | 3,1   | 1     | 0,1   | 1,2   | 0,6   | 6    |
|  |                         |                               |       |       |       |       |       |      |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-18 Czwartek     | wartość energetyczna [kcal]   | 713,5 | 702,7 | 136,8 | 425,1 | 118,8 | 2097 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-18 Czwartek     | białko [g]                    | 27,2  | 48,8  | 6,3   | 22,5  | 7,9   | 113  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-18 Czwartek     | tłuszcz [g]                   | 13,6  | 16    | 4,4   | 13,8  | 2,3   | 50   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-18 Czwartek     | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,8   | 7,8   | 2,4   | 3,9   | 0,7   | 20   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-18 Czwartek     | węglowodany ogółem [g]        | 122,7 | 96    | 18,8  | 53,5  | 16,7  | 308  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek    | 2024-01-18 Czwartek     | cukry [g]                     | 23,7  | 20,2  | 18,4  | 3,2   | 1,7   | 67   |

|   |                      |                               |       |       |       |       |       |      |
|---|----------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|------|
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-18 Czwartek  | sól [g]                       | 3     | 1,1   | 0,2   | 1,4   | 0,4   | 6    |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | wartość energetyczna [kcal]   | 718,8 | 693,5 | 180,1 | 467   | 118,8 | 2178 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | białko [g]                    | 43,6  | 38,3  | 15,3  | 15,5  | 7,9   | 121  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | tłuszcz [g]                   | 14,6  | 25,2  | 7     | 11    | 2,3   | 60   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,6   | 5     | 4     | 2,3   | 0,7   | 18   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | węglowodany ogółem [g]        | 104,3 | 84,6  | 14,6  | 76,7  | 16,7  | 297  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | cukry [g]                     | 17,4  | 16,7  | 13,7  | 2,6   | 1,7   | 52   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-19 Piątek    | sól [g]                       | 2,4   | 0,9   | 1     | 1,5   | 0,4   | 6    |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | wartość energetyczna [kcal]   | 702,1 | 707,2 | 105   | 462,1 | 95,3  | 2072 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | białko [g]                    | 28,6  | 46,8  | 1     | 20    | 5,9   | 102  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | tłuszcz [g]                   | 13,9  | 22,1  | 0,3   | 7,8   | 4     | 48   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1   | 8,4   | 0,1   | 2,3   | 2,4   | 18   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | węglowodany ogółem [g]        | 116,8 | 85,4  | 25,3  | 78    | 8,7   | 314  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | cukry [g]                     | 14,1  | 20,9  | 20,7  | 3,2   | 8,7   | 68   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-20 Sobota    | sól [g]                       | 3,4   | 0,8   | 0     | 2,4   | 0,2   | 7    |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | wartość energetyczna [kcal]   | 728,5 | 579,3 | 170,5 | 472,4 | 95,3  | 2046 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | białko [g]                    | 32,1  | 49,7  | 4     | 18,6  | 5,9   | 110  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | tłuszcz [g]                   | 16,8  | 12    | 3,1   | 9,8   | 4     | 46   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,8   | 2,5   | 0,5   | 2,8   | 2,4   | 14   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | węglowodany ogółem [g]        | 114,1 | 72,4  | 31,9  | 77,5  | 8,7   | 305  |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | cukry [g]                     | 14,5  | 11,5  | 16,2  | 2,3   | 8,7   | 53   |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 15-21.01.2024 rok Pilotaż dobry posiłek | 2024-01-21 Niedziela | sól [g]                       | 3,4   | 0,5   | 0,2   | 3     | 0,2   | 7    |

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 wprowadzałoby w błąd konsumenta.

