

Wartosci Odzywcz wybranych planów żywieniowych 1-7.01.2024 rok

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	31,9	52	0,5	18	3,9	106,3
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	17,2	34,4	0,2	17,1	2,4	71,3
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	5,8	12,2	0	5,6	0,7	24,3
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	113,6	65,9	11,2	54	16,3	261
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	14,4	13,8	10,3	3,8	0,9	43,2
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	3,6	1	0	1,3	0,6	6,5
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	758,3	638,3	125,1	587,1	115,7	2224,5
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	33,3	25,5	4,8	32,6	4,7	100,9
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	19,4	24	3	12,7	3,6	62,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tluszczowe nasycone [g]	5,4	9,1	1,6	2,4	1	19,5
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	113,7	84,6	20,1	87,1	16,1	321,6
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	27,3	12,4	19,9	10,4	0,9	70,9
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,3	0,5	0,1	2,2	0,6	5,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	785,5	646,1	41,5	503,3	95,3	2071,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	43,2	37,3	0,3	18,9	5,9	105,6
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	16	21,9	0,3	16,3	4	58,5
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tluszczowe nasycone [g]	6,2	9	0	2,7	2,4	20,3
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	118,3	79,6	10	70,5	8,7	287,1
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	16,6	17,3	9,7	5,1	8,7	57,4
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	3	0,6	0	1,6	0,2	5,4
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	739,9	635,5	98,5	434,9	133,6	2042,4
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	32	41	2,3	17,5	14,8	107,6
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	19,2	17,3	1,1	10,4	6,7	54,7
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tluszczowe nasycone [g]	6,6	6,1	0,3	3	4	20
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	111,6	83	20	67,9	3,3	285,8
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	14,4	16	10,3	2,4	3,3	46,4
9. Dieta bogatobiałkowa 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,4	1	0,1	2,8	1	7,3
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	819,5	796,8	153,5	368,3	95,3	2233,4

C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	35,8	38,5	2,8	15	5,9	98
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tluszcz [g]	18,5	31,2	5,3	12,9	4	71,9
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7,9	8,1	3,1	3,3	2,4	24,8
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	129,9	96,6	23,8	48,4	8,7	307,4
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	28	19,2	8,7	4,1	8,7	68,7
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	6,9	1,2	0	1,4	0,2	9,7
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	789,6	673	66,9	555,8	149,8	2235,1
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	45,2	40,2	0,5	27,5	10,8	124,2
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tluszcz [g]	19,3	30,1	0,5	18,6	9,4	77,9
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7,8	5	0	5,3	6,4	24,5
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	110,1	62,8	16,3	69,7	5,4	264,3
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	22,9	11,6	13	4,6	5,4	57,5
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3,5	0,6	0	6,6	0,1	10,8
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	814,2	724,8	94,7	453,8	110,5	2198
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	38,1	35,6	4,2	19,7	7,6	105,2
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	19,9	30,8	1,9	10,9	2,2	65,7
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7,5	11,7	1,1	3,1	0,7	24,1
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	123,7	80,1	15,4	69,6	14,9	303,7
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	17,9	15,8	13,8	4,2	1,7	53,4
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,9	1,2	0,1	2,1	0,4	7,7
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	842,3	706,4	22,3	588,3	99,5	2258,8
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	41,4	35,1	0,2	25,2	3,7	105,6
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	22,3	29,9	0	22,7	2,4	77,3
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	9	4,4	0	7,5	0,7	21,6
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	121,4	81,6	5,5	71,5	15,7	295,7
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	18,7	16,3	4,5	5,3	1,8	46,6
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	7,7	1	0	2,2	0,7	11,6
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	741,3	736,2	195,2	431,9	119,8	2224,4

C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	30,2	28,9	15,7	17,4	6,6	98,8
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	17,3	34	7,1	12,3	3,9	74,6
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,4	10,1	4	2,3	1,8	23,6
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	117,5	82,1	17,6	64,3	14,6	296,1
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	31	11,2	17,5	4,5	1,2	65,4
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,5	0,6	1	2,1	2,6	8,8
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	798,4	548,7	172,2	642	95,3	2256,6
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	37,3	37,3	11	20,7	5,9	112,2
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	17,5	18,2	9,5	33	4	82,2
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7	4,5	6,4	3,9	2,4	24,2
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	125,8	63,7	10,9	65,8	8,7	274,9
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	19,9	10,9	9,9	6,9	8,7	56,3
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	3,2	1,5	0,1	2	0,2	7
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	850,4	698,3	98,5	449,8	133,6	2230,6
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	37,7	41,5	2,3	17,8	14,8	114,1
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	25,3	24,6	1,1	10,6	6,7	68,3
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	9,4	7,6	0,3	3	4	24,3
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	120,5	82,1	20	70,9	3,3	296,8
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	18,7	17,3	10,3	4,3	3,3	53,9
C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,7	0,7	0,1	3,2	1	7,7
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	827,7	616,3	153,5	519,6	95,3	2212,4
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	38,6	35,2	2,8	20,8	5,9	103,3
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tluszcz [g]	15,4	17,1	5,3	13,9	4	55,7
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,6	4,7	3,1	5,4	2,4	21,2
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	136,3	86,2	23,8	77,9	8,7	332,9
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	29,1	17,6	8,7	4,3	8,7	68,4

C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	2,3	0,7	0	2,4	0,2	5,6
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	816,5	638,4	66,9	566,1	149,8	2237,7
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	47,8	37,2	0,5	21,5	10,8	117,8
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tluszcz [g]	19,3	27,2	0,5	15,5	9,4	71,9
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7,8	3,8	0	2,9	6,4	20,9
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	114	63,9	16,3	85,4	5,4	285
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	21,4	12,5	13	3,7	5,4	56
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3,4	0,6	0	2,2	0,1	6,3
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	795,4	694	100,7	488,3	118,8	2197,2
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	34,1	30,9	6	21,2	7,9	100,1
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	16	26,3	2,7	11	2,3	58,3
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,2	10,3	1,7	3	0,7	21,9
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	130,2	87,4	13	76,6	16,7	323,9
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	17,7	17,2	12,2	2,8	1,7	51,6
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,1	0,8	0,2	1,8	0,4	6,3
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	818,8	692,6	46,5	557,9	102,2	2218
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	36,2	39,6	0,5	21,8	3,9	102
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	19,4	32	0,2	17,7	2,4	71,7
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,7	11,5	0	5,7	0,7	24,6
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	127,4	65,9	11,2	78,4	16,3	299,2

C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	18,3	13,8	10,3	4,1	0,9	47,4
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	3,7	0,8	0	1,9	0,6	7
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	753	670,9	211,4	509,3	115,7	2260,3
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	30,9	26,4	11,7	20,2	4,7	93,9
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	16,4	24,2	9,8	12,7	3,6	66,7
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,7	9,2	6,5	2,4	1	24,8
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	121,5	91,6	19,7	80,1	16,1	329
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	29,8	13,2	19,5	3,3	0,9	66,7
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,3	0,5	0,1	2,1	0,6	5,6
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	826,7	691,6	41,5	550,8	95,3	2205,9
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	37,8	37,7	0,3	20,4	5,9	102,1
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	17	26	0,3	16,5	4	63,8
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,9	11,7	0	2,8	2,4	23,8
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	131,9	81,4	10	80,2	8,7	312,2
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	19	17,5	9,7	5,2	8,7	60,1
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	3	0,6	0	1,9	0,2	5,7
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	829,6	709,1	98,5	434,9	133,6	2205,7
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	36,3	43,2	2,3	17,5	14,8	114,1
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	21,4	19,9	1,1	10,4	6,7	59,5
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7,5	7,5	0,3	3	4	22,3

C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	125,3	93,4	20	67,9	3,3	309,9
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	18,3	16,5	10,3	2,4	3,3	50,8
C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,5	1	0,1	2,8	1	7,4
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	696	766,3	162	442,8	133,6	2200,7
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	37	49,5	9,5	22,9	14,8	133,7
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tłuszcz [g]	19,3	23,3	5,7	18,4	6,7	73,4
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	8	3,2	3,3	4,7	4	23,2
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	98,6	94,7	19	49,7	3,3	265,3
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	16,9	16,3	16,7	3,6	3,3	56,8
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	7,1	1,2	0,3	2,2	1	11,8
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	667,4	799,5	108,1	600,9	95,3	2271,2
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	40,7	53,2	6,5	43,7	5,9	150
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tłuszcz [g]	18,3	28,4	4,1	23,7	4	78,5
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,8	7,1	2,4	3,6	2,4	22,3
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	89,9	84,2	11,3	56,5	8,7	250,6
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	17,1	47,1	10,1	3,7	8,7	86,7
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	2,5	0,8	0,2	1,7	0,2	5,4
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	609,6	797,5	167,3	440,8	172	2187,2
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	31,3	54,8	11,6	23,3	20	141
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tłuszcz [g]	18,6	14,8	9,6	13,2	2,5	58,7

C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,5	3,6	6,5	3,5	0,8	20,9
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	84	116,5	9	61,6	17,1	288,2
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	11,5	15,6	7,9	3,4	3,6	42
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,3	1,5	0,1	1,6	0,5	7
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	633,2	703,6	162,5	477,8	206,8	2183,9
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	34	66,2	16	22,6	20	158,8
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tłuszcz [g]	20,3	23,2	7,2	22,7	7,9	81,3
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7,9	4,9	4,1	7,4	1,2	25,5
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	83,2	62,5	9,3	49,6	14,9	219,5
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	12,9	13,1	7,5	3,7	1,3	38,5
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	6,7	1,3	1	1,4	0,4	10,8
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	760	744,8	108,1	364,9	232,7	2210,5
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	47,2	33,8	6,5	15,9	13,2	116,6
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tłuszcz [g]	26	32,4	4,1	12,6	11,7	86,8
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,5	9,1	2,4	2,3	7,1	26,4
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	89,5	82,6	11,3	51,4	19,4	254,2
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	16,9	19,7	10,1	3,5	6,2	56,4
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	1,7	0,9	0,2	1,5	0,5	4,8
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	669,9	595,1	157,3	699,6	95,3	2217,2
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	38,5	39	11,2	33,6	5,9	128,2

C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tłuszcz [g]	20,3	18,6	9,5	31	4	83,4
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	8,4	4,6	6,4	7,3	2,4	29,1
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	88,3	73,1	7	75,8	8,7	252,9
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	15,5	11	5,5	8,7	8,7	49,4
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	2,3	1,5	0,2	2,9	0,2	7,1
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	759,7	677,2	124,2	477,6	133,6	2172,3
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	46,9	50	7,1	30,5	14,8	149,3
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tłuszcz [g]	27,4	20	4,5	13,8	6,7	72,4
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	10,8	2,6	2,5	2,7	4	22,6
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	85,6	78,5	14,7	62,1	3,3	244,2
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	15,8	15,5	12,9	3,3	3,3	50,8
C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	1,8	0,9	0,2	2,2	1	6,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	729,8	690,6	153,5	368,3	95,3	2037,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	31,5	31	2,8	15	5,9	86,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tłuszcz [g]	16,3	25,4	5,3	12,9	4	63,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7	7,2	3,1	3,3	2,4	23
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	116,2	89,8	23,8	48,4	8,7	286,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	24,1	17,3	8,7	4,1	8,7	62,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	6,8	1	0	1,4	0,2	9,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	642,9	673	66,9	487,1	149,8	2019,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	34,9	40,2	0,5	18,8	10,8	105,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tłuszcz [g]	11,6	30,1	0,5	15,1	9,4	66,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	5	0	2,8	6,4	18,9

P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	100,8	62,8	16,3	69,1	5,4	254,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	18,1	11,6	13	4,6	5,4	52,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3,3	0,6	0	2,1	0,1	6,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	681	724,8	94,7	411	110,5	2022
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	30,1	35,6	4,2	18,4	7,6	95,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	15	30,8	1,9	10,6	2,2	60,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,6	11,7	1,1	3	0,7	22,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	108,6	80,1	15,4	60,8	14,9	279,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	14	15,8	13,8	3,9	1,7	49,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,7	1,2	0,1	1,8	0,4	7,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	752,5	706,4	22,3	413,8	99,5	1994,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	37,2	35,1	0,2	17,2	3,7	93,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	20,2	29,9	0	17	2,4	69,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	8,1	4,4	0	5,6	0,7	18,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	107,6	81,6	5,5	48,5	15,7	258,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	14,8	16,3	4,5	4,1	1,8	41,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	7,6	1	0	1,5	0,7	10,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	677,2	736,2	61,5	431,9	119,8	2026,6
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	26,7	28,9	0,9	17,4	6,6	80,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	15,9	34	0,3	12,3	3,9	66,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,6	10,1	0	2,3	1,8	18,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	107,9	82,1	14,3	64,3	14,6	283,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	26,9	11,2	14,1	4,5	1,2	57,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,4	0,6	0	2,1	2,6	7,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	714,5	548,7	22,3	642	95,3	2022,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	33,7	37,3	0,2	20,7	5,9	97,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	16,1	18,2	0	33	4	71,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,2	4,5	0	3,9	2,4	17

P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	110,9	63,7	5,5	65,8	8,7	254,6
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	16	10,9	4,5	6,9	8,7	47
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	3,1	1,5	0	2	0,2	6,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	760,7	624,7	98,5	406,9	133,6	2024,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	33,4	39,2	2,3	16,5	14,8	106,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	23,1	22,1	1,1	10,4	6,7	63,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	8,5	6,1	0,3	3	4	21,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	106,7	71,7	20	62,1	3,3	263,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	14,8	16,8	10,3	4	3,3	49,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,6	0,7	0,1	3	1	7,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	322	352	92,1	208,1	44,4	1018,6
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	13,6	15,6	1,7	7,5	2,7	41,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tluszcz [g]	10	12,7	3,1	9,1	1,8	36,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,1	3,6	1,8	2,4	1,1	13
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	45,4	46,3	14,2	24,2	4	134,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	11,5	9,5	5,2	2,1	4	32,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	3,1	0,5	0	0,7	0,1	4,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	285	343,2	31,2	278,2	49,9	987,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	15,5	20,2	0,2	9,8	3,6	49,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tluszcz [g]	7,9	15,1	0,2	10,2	3,1	36,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3	2,5	0	2,2	2,1	9,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	38,8	32,8	7,6	36,8	1,8	117,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	8,4	6,7	6,1	2,4	1,8	25,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	1,3	0,3	0	1,1	0	2,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	285,7	411,3	47,3	184,7	92,9	1021,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	10,7	19,8	2,1	6,7	4	43,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	9,1	16,2	0,9	7,1	2,1	35,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3,3	6,1	0,5	2,1	0,6	12,6

P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	41,3	48,4	7,7	23,5	14,3	135,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	6,3	9,1	6,9	1,6	1,1	25
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	1,2	0,6	0	0,7	0,4	2,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	333,4	351,8	22,3	235,8	96	1039,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	16,4	17,4	0,2	9	3,3	46,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	11,9	14,7	0	11,2	2,4	40,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	2,2	0	3,7	0,7	11,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	41,2	40,8	5,5	24,9	15,5	127,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	6,8	9,1	4,5	2,6	1,7	24,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	3,5	0,5	0	0,8	0,6	5,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	305,8	341,8	61,5	204,9	108,3	1022,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	11,4	15	0,9	7,4	5,1	39,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	10,4	13,3	0,3	8,4	3,3	35,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	2,8	2,5	0	1,9	1,4	8,6
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	42,3	42	14,3	25,4	14,5	138,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	12,8	6,4	14,1	2	1,2	36,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	0,9	0,3	0	0,8	1,9	3,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	307	298,2	22,3	341,9	31,7	1001,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	13,1	19	0,2	10,1	1,9	44,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	10,1	9,1	0	16	1,3	36,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3,7	2,2	0	2,5	0,8	9,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	42,2	37,5	5,5	39,4	2,9	127,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	7,1	6,3	4,5	3,3	2,9	24,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	1,3	0,7	0	1,2	0	3,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	337,5	320,4	49,2	259,5	31,7	998,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	14,5	20,2	1,1	9,3	1,9	47
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	13,4	11,1	0,5	8	1,3	34,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,8	3,1	0,1	2,3	0,8	11,1

P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	40,7	36,8	10	37,7	2,9	128,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	6,8	9	5,1	2,2	2,9	26
P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m.z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	1	0,3	0	1,7	0	3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	588,4	466,7	153,5	319,4	95,3	1623,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	23,8	19,9	2,8	11,2	5,9	63,6
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tluszcz [g]	14	15,5	5,3	9,7	4	48,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,6	4	3,1	2,6	2,4	17,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	93,8	66,2	23,8	47	8,7	239,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	23,3	14,7	8,7	3,2	8,7	58,6
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	3,9	0,7	0	1,4	0,2	6,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	509,3	474,4	66,9	411,3	149,8	1611,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	26,2	26,8	0,5	14,1	10,8	78,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tluszcz [g]	10,9	20,9	0,5	11	9,4	52,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,5	3,9	0	2,4	6,4	17,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	77,8	46,8	16,3	64,2	5,4	210,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	16,5	8,7	13	3,9	5,4	47,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	2,6	0,4	0	1,9	0,1	5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	560,5	545,3	47,3	360,7	97,3	1611,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	24,3	25,3	2,1	12,3	4,9	68,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	14	21,1	0,9	8,1	2,2	46,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,3	8,6	0,5	2,3	0,6	17,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	86,5	66,2	7,7	59,8	14,5	234,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	13,2	11,6	6,9	3,4	1,3	36,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	2,7	0,7	0	1,8	0,4	5,6
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	611,1	485,8	22,3	413,8	99,5	1632,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	29,4	22,7	0,2	17,2	3,7	73,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	17,8	22,6	0	17	2,4	59,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,7	3,2	0	5,6	0,7	16,2

P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	85,3	53,5	5,5	48,5	15,7	208,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	14,1	14,4	4,5	4,1	1,8	38,9
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	4,7	0,8	0	1,5	0,7	7,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	535,3	496	61,5	380,9	119,8	1593,5
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	20,4	21,1	0,9	13,1	6,6	62,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	13,2	14,8	0,3	9,4	3,9	41,6
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,2	3	0	2,1	1,8	11,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	84,9	71,9	14,3	61,6	14,6	247,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	25,3	8,9	14,1	3,8	1,2	53,3
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	1,7	0,4	0	1,9	2,6	6,6
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	607,3	370,9	22,3	504,4	95,3	1600,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	30,3	22,8	0,2	15,8	5,9	75
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	15,5	13,4	0	23,1	4	56
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,1	3,7	0	3,2	2,4	15,4
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	88,9	43,2	5,5	58,7	8,7	205
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	15,2	9,8	4,5	5,5	8,7	43,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	2,5	1,3	0	1,7	0,2	5,7
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	583,8	531,8	98,5	321,4	95,3	1630,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	24,6	29,6	2,3	11,7	5,9	74,1
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	17,3	18,1	1,1	9,5	4	50
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,4	5,4	0,3	2,7	2,4	17,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	84,3	66,8	20	47,4	8,7	227,2
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	14	15,5	10,3	3,3	8,7	51,8
P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	1,8	0,6	0,1	1,9	0,2	4,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	737,9	643,6	107,3	438,1	95,3	2022,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	34,3	32,3	4,4	19,1	5,9	96
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tluszcz [g]	13,2	21,3	2,8	9,9	4	51,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	4,9	1,6	2,8	2,4	16,4

P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	122,5	86,8	16,4	68,3	8,7	302,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	25,2	18,4	14,4	4,4	8,7	71,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	2,2	0,7	0,1	2,2	0,2	5,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	696,2	578,1	89,2	566,1	95,3	2024,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	42,9	34,9	0,7	21,5	5,9	105,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tłuszcz [g]	11,7	16,5	0,7	15,5	4	48,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	3,4	0	2,9	2,4	13,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	105,6	75,1	21,7	85,4	8,7	296,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	17,5	12,9	17,4	3,7	8,7	60,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	3,1	0,6	0	2,2	0,2	6,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	707,6	705,7	75,5	415,7	118,8	2023,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	30,5	34	4,5	16,6	7,9	93,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tłuszcz [g]	14,3	25,3	2	9,5	2,3	53,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,3	7,4	1,3	2,6	0,7	17,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	115,5	90,7	9,7	66,3	16,7	298,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	14,1	16,8	9,1	2,5	1,7	44,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	3,5	1	0,1	1,6	0,4	6,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	729,1	561,9	46,5	550,6	102,2	1990,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	31,9	39,5	0,5	19,1	3,9	94,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tłuszcz [g]	17,2	14,3	0,2	17,7	2,4	51,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,8	3,1	0	3	0,7	12,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	113,6	73,1	11,2	79,6	16,3	293,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	14,4	13,6	10,3	4,5	0,9	43,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	3,6	0,8	0	1,9	0,6	6,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	688,9	573,9	61,5	568,2	115,7	2008,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	27,5	25,4	0,9	19,6	4,7	78,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tłuszcz [g]	15,1	15,9	0,3	13,4	3,6	48,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,8	3,8	0	2,5	1	12,1

P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	111,8	86,8	14,3	92,6	16,1	321,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	25,6	12,1	14,1	3,1	0,9	55,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	2,2	0,5	0	1,8	0,6	5,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	713,5	583,3	41,5	550,8	95,3	1984,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	35	37,4	0,3	20,4	5,9	99
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tłuszcz [g]	11,5	13,9	0,3	16,5	4	46,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,5	3,7	0	2,8	2,4	13,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	118,7	81,9	10	80,2	8,7	299,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	15,5	17	9,7	5,2	8,7	56,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	3,3	0,5	0	1,9	0,2	5,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	731,5	585,4	98,5	482,4	95,3	1993,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	28	41,4	2,3	19	5,9	96,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tłuszcz [g]	16,1	13,8	1,1	10,7	4	45,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,5	5,4	0,3	3	2,4	16,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	120,6	78,7	20	77,7	8,7	305,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	23,6	13,2	10,3	2,5	8,7	58,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	2,3	1	0,1	3	0,2	6,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	592,8	509,4	107,3	340,9	95,3	1645,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	25,1	22,2	4,4	12,6	5,9	70,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tłuszcz [g]	12,4	15,5	2,8	9,5	4	44,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,5	4,4	1,6	2,7	2,4	15,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	97,2	74,5	16,4	51,3	8,7	248,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	24,1	12,9	14,4	2	8,7	62,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	1,6	0,5	0,1	1,8	0,2	4,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	515,9	389,8	89,2	371,6	95,3	1461,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	26,6	24,3	0,7	12,9	5,9	70,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tłuszcz [g]	10,8	11,1	0,7	10,7	4	37,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,4	2,3	0	2,3	2,4	11,4

P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	79	50,2	21,7	56	8,7	215,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	15,3	9,8	17,4	2,7	8,7	53,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	2,5	0,4	0	1,4	0,2	4,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	575,5	566,2	75,5	319,3	118,8	1655,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	24,4	24,9	4,5	11,3	7,9	73
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tłuszcz [g]	13,2	18,6	2	7,8	2,3	43,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5	6,7	1,3	2,2	0,7	15,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	91	78,3	9,7	51,1	16,7	246,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	13,8	12,9	9,1	2,1	1,7	39,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	2,5	0,6	0,1	1,2	0,4	4,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	605,2	390,5	46,5	455,3	102,2	1599,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	27,8	28,2	0,5	15,1	3,9	75,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tłuszcz [g]	16,5	12,3	0,2	13,6	2,4	45
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,7	2,6	0	2,6	0,7	11,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	88,1	45,1	11,2	68,7	16,3	229,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	13,4	11,3	10,3	3,9	0,9	39,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	3	0,6	0	1,6	0,6	5,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	570,2	471,3	61,5	365,9	115,7	1584,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	23,6	19	0,9	11,8	4,7	60
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tłuszcz [g]	14,4	9,6	0,3	9,4	3,6	37,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,7	2,5	0	2,1	1	10,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	87,4	80,6	14,3	58,7	16,1	257,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	25,4	10,4	14,1	2,3	0,9	53,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	1,7	0,4	0	1,2	0,6	3,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	577,1	495,8	41,5	363,9	95,3	1573,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	28,9	26,3	0,3	12,4	5,9	73,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tłuszcz [g]	10,4	11,6	0,3	11,2	4	37,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,3	3,4	0	2,3	2,4	12,4

P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	93	75,1	10	53,5	8,7	240,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	15,1	12,7	9,7	3,5	8,7	49,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	2,2	0,4	0	1,2	0,2	4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	612,8	495,2	98,5	353,1	95,3	1654,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	24,1	30,9	2,3	13,8	5,9	77
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tłuszcz [g]	15,5	12,5	1,1	9,8	4	42,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,4	5,1	0,3	2,8	2,4	16
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	96,2	68,4	20	52,5	8,7	245,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	23,3	11	10,3	2,2	8,7	55,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	1,7	0,7	0,1	2,1	0,2	4,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	wartość energetyczna [kcal]	314,5	364,5	50	265,2	31,7	1025,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	białko [g]	14,5	15,2	2	10	1,9	43,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	tłuszcz [g]	8,4	11,8	1,3	9,1	1,3	31,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	2,9	3,8	0,7	2,6	0,8	10,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	węglowodany ogółem [g]	46,2	52,1	7,6	35,8	2,9	144,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	cukry [g]	12,5	9,2	6,7	1,1	2,9	32,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-01 Poniedziałek	sól [g]	0,9	0,3	0	1,4	0	2,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	wartość energetyczna [kcal]	282,5	333	89,2	295,1	31,7	1031,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	białko [g]	15,5	20,7	0,7	10,4	1,9	49,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	tłuszcz [g]	7,8	9,6	0,7	10,3	1,3	29,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3	1,9	0	2,2	0,8	7,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	węglowodany ogółem [g]	38,2	42,3	21,7	40,3	2,9	145,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. ż.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	cukry [g]	8,1	7,9	17,4	1,8	2,9	38,1

P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-02 Wtorek	sól [g]	1,3	0,3	0	1	0	2,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	wartość energetyczna [kcal]	300,5	403,8	50,3	232,7	105,6	1092,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	białko [g]	12,8	18,4	3	7,5	5,2	46,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	tluszcz [g]	9,2	14,2	1,3	6,4	2,2	33,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3,3	4,6	0,8	1,9	0,6	11,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	węglowodany ogółem [g]	42,4	53,1	6,5	36,1	16,2	154,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	cukry [g]	7	9,6	6,1	1,1	1,3	25,1
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-03 Środa	sól [g]	1,5	0,5	0,1	1,3	0,3	3,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	wartość energetyczna [kcal]	302,3	289,8	46,5	291,7	102,2	1032,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	białko [g]	12,6	19,1	0,5	9,5	3,9	45,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	tluszcz [g]	9,9	7	0,2	11,5	2,4	31
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3,4	1,5	0	2,3	0,7	7,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	węglowodany ogółem [g]	41,7	40,2	11,2	37,8	16,3	147,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	cukry [g]	7,1	9	10,3	2,7	0,9	30
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-04 Czwartek	sól [g]	1,5	0,4	0	0,9	0,6	3,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	wartość energetyczna [kcal]	309,3	277,4	61,5	278,3	115,7	1042,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	białko [g]	10,8	12,3	0,9	8,6	4,7	37,3
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	tluszcz [g]	9,2	7,9	0,3	8,5	3,6	29,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3	1,8	0	2	1	7,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	węglowodany ogółem [g]	46,4	41,3	14,3	41,8	16,1	159,9

P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	cukry [g]	17,3	6,5	14,1	1,4	0,9	40,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-05 Piątek	sól [g]	0,9	0,2	0	0,8	0,6	2,5
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	wartość energetyczna [kcal]	292	297	41,5	358,7	31,7	1020,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	białko [g]	13,3	18,2	0,3	12,1	1,9	45,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	tluszcz [g]	7,6	7,5	0,3	11,2	1,3	27,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	2,8	1,8	0	2,3	0,8	7,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	węglowodany ogółem [g]	43,3	41,5	10	52,3	2,9	150
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	cukry [g]	7,5	10,8	9,7	2,7	2,9	33,6
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-06 Sobota	sól [g]	1,2	0,3	0	1,2	0	2,7
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	wartość energetyczna [kcal]	335,3	373,2	49,2	258,5	31,7	1047,9
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	białko [g]	13,5	21,1	1,1	9,4	1,9	47
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	tluszcz [g]	11,5	9,6	0,5	7,9	1,3	30,8
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3,9	4,3	0,1	2,3	0,8	11,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	węglowodany ogółem [g]	45,5	53,5	10	37,5	2,9	149,4
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	cukry [g]	11,9	9,3	5,1	2	2,9	31,2
P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m. z. częściowo rozdrobniona i dzieci 24-36 m. z.) 1-7.01.2024 rok, pilotaż "dobry posiłek"	2024-01-07 Niedziela	sól [g]	1	0,5	0	1,5	0	3

WYJAŚNIENIE: Według Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności (Dz. U.

UE L Nr 304 z 2011 r., poz. 18 z późn. zm.) każdy produkt powinien być opatrzony informacją o wartości odżywczej, przynajmniej o - wartości energetycznej w kJ i kcal, - zawartości tłuszczu, w tym nasyconych kwasów tłuszczowych, - zawartości węglowodanów, w tym cukrów, - zawartości białka, - zawartości soli. Co oznacza, że błonnik jest składnikiem, który może być wykazany na etykiecie, ale nie musi. Z tego powodu wartości błonnika nie zostały przedstawione - gdyż mimo używania produktów, które uznane są za będące jego źródłem, co nie jest zapisane w składzie, zostałyby przedstawiony w zaniżonej fałszywie ilości - co wprowadzałoby w błąd konsumenta.

