

Wartosci Odzywcze wybranych planów żywieniowych 8-14.01.2024

| Plan | Dzień | Wartość odżywcza | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Posiłek dodatkowy | suma | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-----------|-------|--------------|---------|-------------------|-------|--------|
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | | 709,8 | 626,2 | 162,2 | 378,6 | 137,4 | 2014,2 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | | 34,3 | 41,8 | 5,7 | 13,7 | 6,8 | 102,3 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | | 16 | 22,1 | 3,5 | 13,7 | 5,1 | 60,4 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | | 6,8 | 7,2 | 1,5 | 3,4 | 1,4 | 20,3 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | | 109,6 | 70,1 | 27,7 | 50,5 | 16,1 | 274 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | | 14,7 | 17 | 13,4 | 6 | 2,1 | 53,2 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | | 7,5 | 1,1 | 0,1 | 1,4 | 1 | 11,1 |
| | | | | | | | | | |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | | 659,7 | 714,9 | 66,9 | 469,6 | 133,6 | 2044,7 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | | 29,9 | 26,7 | 0,5 | 20,5 | 14,8 | 92,4 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tłuszcz [g] | | 16,8 | 13,7 | 0,5 | 12 | 6,7 | 49,7 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | | 6 | 2,2 | 0 | 3,4 | 4 | 15,6 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | | 98,2 | 124,4 | 16,3 | 70,6 | 3,3 | 312,8 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | | 16,9 | 14,4 | 13 | 4,8 | 3,3 | 52,4 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | | 3,1 | 1 | 0 | 2,1 | 1 | 7,2 |
| | | | | | | | | | |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | | 717,8 | 768,1 | 91,6 | 349,2 | 119,8 | 2046,5 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | | 25,6 | 43 | 3,5 | 16,2 | 6,6 | 94,9 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tłuszcz [g] | | 15 | 37,3 | 2,2 | 8,9 | 3,9 | 67,3 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | | 5 | 13,4 | 1,2 | 2,2 | 1,8 | 23,6 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | | 122,4 | 68,7 | 14,8 | 52 | 14,6 | 272,5 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | | 26,4 | 9,6 | 12,8 | 4,2 | 1,2 | 54,2 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | | 3 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 2,6 | 8,2 |
| | | | | | | | | | |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | | 764,7 | 729,8 | 22,3 | 398,6 | 97,2 | 2012,6 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | | 37 | 32,6 | 0,2 | 12,2 | 4,5 | 86,5 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | | 21 | 31,4 | 0 | 12,5 | 2,5 | 67,4 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | | 7,8 | 7,9 | 0 | 2,5 | 0,7 | 18,9 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | | 109 | 83 | 5,5 | 60,3 | 13,9 | 271,7 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | | 17 | 19,6 | 4,5 | 5,4 | 0,7 | 47,2 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,6 | 2,1 | 0 | 1,5 | 0,7 | 7,9 |
| | | | | | | | | |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 678,1 | 718,9 | 111,3 | 428,3 | 111,8 | 2048,4 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 29,5 | 33,5 | 5,2 | 13,3 | 7,6 | 89,1 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tluszcz [g] | 15,1 | 26,1 | 3,2 | 15,6 | 2,2 | 62,2 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,5 | 4,5 | 2 | 2,6 | 0,7 | 16,3 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 107,4 | 91,7 | 15,5 | 59,5 | 15,3 | 289,4 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 25,7 | 14,8 | 13,6 | 5,3 | 2 | 61,4 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 6,8 | 1,8 | 0,1 | 1,4 | 0,4 | 10,5 |
| | | | | | | | | |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 661,9 | 849,3 | 67,3 | 349,7 | 149,8 | 2078 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 29,1 | 38,9 | 0,7 | 15,3 | 10,8 | 94,8 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 12,2 | 37,8 | 0,2 | 10,2 | 9,4 | 69,8 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,2 | 12,8 | 0 | 3 | 6,4 | 26,4 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 111,3 | 92,5 | 16,8 | 49,4 | 5,4 | 275,4 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 15,6 | 20,8 | 11,5 | 3,5 | 5,4 | 56,8 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 3 | 1,8 | 0 | 2,8 | 0,1 | 7,7 |
| | | | | | | | | |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 661,1 | 614,8 | 151,7 | 455,7 | 133,6 | 2016,9 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 30,2 | 34,3 | 2,8 | 19,1 | 14,8 | 101,2 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tluszcz [g] | 23,4 | 15,8 | 8 | 13,8 | 6,7 | 67,7 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 8,1 | 3,5 | 4,9 | 2,9 | 4 | 23,4 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 84,7 | 89,4 | 17,1 | 64,1 | 3,3 | 258,6 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 13,7 | 20,6 | 8,5 | 7 | 3,3 | 53,1 |
| 1. Dieta podstawowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2 | 1 | 0 | 1,8 | 1 | 5,8 |
| | | | | | | | | |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 488,4 | 162,2 | 521,1 | 139,1 | 1999,8 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 29,6 | 33,6 | 5,7 | 18,4 | 6,8 | 94,1 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POŚIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tluszcz [g] | 11,9 | 16,6 | 3,5 | 14,4 | 5,1 | 51,5 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 2,2 | 1,5 | 3,5 | 1,4 | 12,7 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 117,1 | 56,4 | 27,7 | 79,9 | 16,4 | 297,5 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 14,8 | 13,2 | 13,4 | 5,8 | 1 | 48,2 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2,8 | 0,7 | 0,1 | 1,8 | 0,9 | 6,3 |
| | | | | | | | | |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 680,8 | 636 | 41,5 | 500,2 | 133,6 | 1992,1 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 30,6 | 28,8 | 0,3 | 21,6 | 14,8 | 96,1 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tłuszcz [g] | 16,8 | 13,9 | 0,3 | 12 | 6,7 | 49,7 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6 | 1,9 | 0 | 3,3 | 4 | 15,2 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 102,7 | 103,4 | 10 | 77 | 3,3 | 296,4 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 15,7 | 16,4 | 9,7 | 3 | 3,3 | 48,1 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 3 | 1,2 | 0 | 1,9 | 1 | 7,1 |
| | | | | | | | | |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 723,7 | 654,8 | 61,5 | 476,1 | 118,8 | 2034,9 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 26,1 | 47,5 | 0,9 | 19,7 | 7,9 | 102,1 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tłuszcz [g] | 14,8 | 23,7 | 0,3 | 16,5 | 2,3 | 57,6 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9 | 7,5 | 0 | 2,9 | 0,7 | 16 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 122,7 | 66,2 | 14,3 | 62,4 | 16,7 | 282,3 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 21,7 | 14,7 | 14,1 | 3,6 | 1,7 | 55,8 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 2,3 | 0,8 | 0 | 1,7 | 0,4 | 5,2 |
| | | | | | | | | |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 788,7 | 576,1 | 107,3 | 416,7 | 105 | 1993,8 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 37,7 | 34,3 | 4,4 | 13,1 | 4,9 | 94,4 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | 21,1 | 13,5 | 2,8 | 12,4 | 2,5 | 52,3 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,8 | 2,3 | 1,6 | 2,5 | 0,7 | 14,9 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 114,1 | 82,7 | 16,4 | 63,9 | 15,6 | 292,7 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 16,4 | 18 | 14,4 | 3,7 | 0,9 | 53,4 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,5 | 0,6 | 0,1 | 1,4 | 0,7 | 6,3 |
| | | | | | | | | |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 654,7 | 558,4 | 100,7 | 556,3 | 118,8 | 1988,9 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 26,8 | 30,4 | 6 | 19,1 | 7,9 | 90,2 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | tłuszcz [g] | 11,8 | 14,9 | 2,7 | 13 | 2,3 | 44,7 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 3,2 | 1,7 | 2,5 | 0,7 | 12,2 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 111,3 | 79,6 | 13 | 91,2 | 16,7 | 311,8 |

| | | | | | | | | |
|---|----------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 24,9 | 14,9 | 12,2 | 3 | 1,7 | 56,7 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 2,2 | 0,8 | 0,2 | 1,8 | 0,4 | 5,4 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 711,3 | 46,5 | 487,9 | 95,3 | 2030 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 29,6 | 46,3 | 0,5 | 20,1 | 5,9 | 102,4 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tłuszcz [g] | 11,9 | 21,7 | 0,2 | 10,8 | 4 | 48,6 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 6,4 | 0 | 3,1 | 2,4 | 16 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 117,1 | 88,3 | 11,2 | 77,7 | 8,7 | 303 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 14,8 | 25,3 | 10,3 | 2,4 | 8,7 | 61,5 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,8 | 1 | 0 | 3,2 | 0,2 | 7,2 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 728,2 | 573,9 | 95,7 | 483,9 | 133,6 | 2015,3 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 28,8 | 34,4 | 3,2 | 17,8 | 14,8 | 99 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tłuszcz [g] | 18,5 | 9,8 | 2 | 11,5 | 6,7 | 48,5 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,5 | 2 | 0,9 | 2,6 | 4 | 15 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 114,2 | 91,1 | 16,4 | 77,4 | 3,3 | 302,4 |
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 15,7 | 16,2 | 7,6 | 3,9 | 3,3 | 46,7 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 12. Dieta papkowata (zmiana konsystencji na papkowatą) 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,3 | 0,9 | 0 | 1,8 | 1 | 6 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 488,4 | 162,2 | 521,1 | 139,1 | 1999,8 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 29,6 | 33,6 | 5,7 | 18,4 | 6,8 | 94,1 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | 11,9 | 16,6 | 3,5 | 14,4 | 5,1 | 51,5 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 2,2 | 1,5 | 3,5 | 1,4 | 12,7 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 117,1 | 56,4 | 27,7 | 79,9 | 16,4 | 297,5 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 14,8 | 13,2 | 13,4 | 5,8 | 1 | 48,2 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2,8 | 0,7 | 0,1 | 1,8 | 0,9 | 6,3 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 680,8 | 636 | 41,5 | 500,2 | 133,6 | 1992,1 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 30,6 | 28,8 | 0,3 | 21,6 | 14,8 | 96,1 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tłuszcz [g] | 16,8 | 13,9 | 0,3 | 12 | 6,7 | 49,7 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6 | 1,9 | 0 | 3,3 | 4 | 15,2 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 102,7 | 103,4 | 10 | 77 | 3,3 | 296,4 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 15,7 | 16,4 | 9,7 | 3 | 3,3 | 48,1 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 3 | 1,2 | 0 | 1,9 | 1 | 7,1 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 723,7 | 654,8 | 61,5 | 476,1 | 118,8 | 2034,9 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 26,1 | 47,5 | 0,9 | 19,7 | 7,9 | 102,1 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tłuszcz [g] | 14,8 | 23,7 | 0,3 | 16,5 | 2,3 | 57,6 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9 | 7,5 | 0 | 2,9 | 0,7 | 16 |

| | | | | | | | | |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 122,7 | 66,2 | 14,3 | 62,4 | 16,7 | 282,3 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 21,7 | 14,7 | 14,1 | 3,6 | 1,7 | 55,8 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 2,3 | 0,8 | 0 | 1,7 | 0,4 | 5,2 |
| | | | | | | | | |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 788,7 | 576,1 | 107,3 | 416,7 | 105 | 1993,8 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 37,7 | 34,3 | 4,4 | 13,1 | 4,9 | 94,4 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | 21,1 | 13,5 | 2,8 | 12,4 | 2,5 | 52,3 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,8 | 2,3 | 1,6 | 2,5 | 0,7 | 14,9 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 114,1 | 82,7 | 16,4 | 63,9 | 15,6 | 292,7 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 16,4 | 18 | 14,4 | 3,7 | 0,9 | 53,4 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,5 | 0,6 | 0,1 | 1,4 | 0,7 | 6,3 |
| | | | | | | | | |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 654,7 | 558,4 | 100,7 | 556,3 | 118,8 | 1988,9 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 26,8 | 30,4 | 6 | 19,1 | 7,9 | 90,2 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tłuszcz [g] | 11,8 | 14,9 | 2,7 | 13 | 2,3 | 44,7 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 3,2 | 1,7 | 2,5 | 0,7 | 12,2 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 111,3 | 79,6 | 13 | 91,2 | 16,7 | 311,8 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 24,9 | 14,9 | 12,2 | 3 | 1,7 | 56,7 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 2,2 | 0,8 | 0,2 | 1,8 | 0,4 | 5,4 |
| | | | | | | | | |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 711,3 | 46,5 | 487,9 | 95,3 | 2030 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 29,6 | 46,3 | 0,5 | 20,1 | 5,9 | 102,4 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tłuszcz [g] | 11,9 | 21,7 | 0,2 | 10,8 | 4 | 48,6 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 6,4 | 0 | 3,1 | 2,4 | 16 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 117,1 | 88,3 | 11,2 | 77,7 | 8,7 | 303 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 14,8 | 25,3 | 10,3 | 2,4 | 8,7 | 61,5 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,8 | 1 | 0 | 3,2 | 0,2 | 7,2 |
| | | | | | | | | |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 728,2 | 573,9 | 95,7 | 483,9 | 133,6 | 2015,3 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 28,8 | 34,4 | 3,2 | 17,8 | 14,8 | 99 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tłuszcz [g] | 18,5 | 9,8 | 2 | 11,5 | 6,7 | 48,5 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,5 | 2 | 0,9 | 2,6 | 4 | 15 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 114,2 | 91,1 | 16,4 | 77,4 | 3,3 | 302,4 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 15,7 | 16,2 | 7,6 | 3,9 | 3,3 | 46,7 |
| 2. Dieta lekkostrawna 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,3 | 0,9 | 0 | 1,8 | 1 | 6 |
| | | | | | | | | |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 488,4 | 162,2 | 521,1 | 139,1 | 1999,8 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 29,6 | 33,6 | 5,7 | 18,4 | 6,8 | 94,1 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | 11,9 | 16,6 | 3,5 | 14,4 | 5,1 | 51,5 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 2,2 | 1,5 | 3,5 | 1,4 | 12,7 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 117,1 | 56,4 | 27,7 | 79,9 | 16,4 | 297,5 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 14,8 | 13,2 | 13,4 | 5,8 | 1 | 48,2 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2,8 | 0,7 | 0,1 | 1,8 | 0,9 | 6,3 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 680,8 | 636 | 41,5 | 500,2 | 133,6 | 1992,1 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 30,6 | 28,8 | 0,3 | 21,6 | 14,8 | 96,1 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tłuszcz [g] | 16,8 | 13,9 | 0,3 | 12 | 6,7 | 49,7 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6 | 1,9 | 0 | 3,3 | 4 | 15,2 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 102,7 | 103,4 | 10 | 77 | 3,3 | 296,4 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 15,7 | 16,4 | 9,7 | 3 | 3,3 | 48,1 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 3 | 1,2 | 0 | 1,9 | 1 | 7,1 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 723,7 | 654,8 | 61,5 | 476,1 | 118,8 | 2034,9 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 26,1 | 47,5 | 0,9 | 19,7 | 7,9 | 102,1 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tłuszcz [g] | 14,8 | 23,7 | 0,3 | 16,5 | 2,3 | 57,6 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9 | 7,5 | 0 | 2,9 | 0,7 | 16 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 122,7 | 66,2 | 14,3 | 62,4 | 16,7 | 282,3 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 21,7 | 14,7 | 14,1 | 3,6 | 1,7 | 55,8 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 2,3 | 0,8 | 0 | 1,7 | 0,4 | 5,2 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 788,7 | 576,1 | 107,3 | 416,7 | 105 | 1993,8 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 37,7 | 34,3 | 4,4 | 13,1 | 4,9 | 94,4 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | 21,1 | 13,5 | 2,8 | 12,4 | 2,5 | 52,3 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,8 | 2,3 | 1,6 | 2,5 | 0,7 | 14,9 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 114,1 | 82,7 | 16,4 | 63,9 | 15,6 | 292,7 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 16,4 | 18 | 14,4 | 3,7 | 0,9 | 53,4 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,5 | 0,6 | 0,1 | 1,4 | 0,7 | 6,3 |
| | | | | | | | | |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 654,7 | 558,4 | 100,7 | 556,3 | 118,8 | 1988,9 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 26,8 | 30,4 | 6 | 19,1 | 7,9 | 90,2 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tłuszcz [g] | 11,8 | 14,9 | 2,7 | 13 | 2,3 | 44,7 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 3,2 | 1,7 | 2,5 | 0,7 | 12,2 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 111,3 | 79,6 | 13 | 91,2 | 16,7 | 311,8 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 24,9 | 14,9 | 12,2 | 3 | 1,7 | 56,7 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 2,2 | 0,8 | 0,2 | 1,8 | 0,4 | 5,4 |
| | | | | | | | | |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 711,3 | 46,5 | 487,9 | 95,3 | 2030 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 29,6 | 46,3 | 0,5 | 20,1 | 5,9 | 102,4 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tłuszcz [g] | 11,9 | 21,7 | 0,2 | 10,8 | 4 | 48,6 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 6,4 | 0 | 3,1 | 2,4 | 16 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 117,1 | 88,3 | 11,2 | 77,7 | 8,7 | 303 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 14,8 | 25,3 | 10,3 | 2,4 | 8,7 | 61,5 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,8 | 1 | 0 | 3,2 | 0,2 | 7,2 |
| | | | | | | | | |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 728,2 | 573,9 | 95,7 | 483,9 | 133,6 | 2015,3 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 28,8 | 34,4 | 3,2 | 17,8 | 14,8 | 99 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tłuszcz [g] | 18,5 | 9,8 | 2 | 11,5 | 6,7 | 48,5 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,5 | 2 | 0,9 | 2,6 | 4 | 15 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 114,2 | 91,1 | 16,4 | 77,4 | 3,3 | 302,4 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 15,7 | 16,2 | 7,6 | 3,9 | 3,3 | 46,7 |
| 3. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,3 | 0,9 | 0 | 1,8 | 1 | 6 |
| | | | | | | | | |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 488,4 | 162,2 | 521,1 | 139,1 | 1999,8 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 29,6 | 33,6 | 5,7 | 18,4 | 6,8 | 94,1 |

| | | | | | | | | |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 723,7 | 654,8 | 61,5 | 476,1 | 118,8 | 2034,9 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 26,1 | 47,5 | 0,9 | 19,7 | 7,9 | 102,1 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 14,8 | 23,7 | 0,3 | 16,5 | 2,3 | 57,6 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9 | 7,5 | 0 | 2,9 | 0,7 | 16 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 122,7 | 66,2 | 14,3 | 62,4 | 16,7 | 282,3 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 21,7 | 14,7 | 14,1 | 3,6 | 1,7 | 55,8 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 2,3 | 0,8 | 0 | 1,7 | 0,4 | 5,2 |
| | | | | | | | | |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 788,7 | 576,1 | 107,3 | 416,7 | 105 | 1993,8 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 37,7 | 34,3 | 4,4 | 13,1 | 4,9 | 94,4 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tluszcz [g] | 21,1 | 13,5 | 2,8 | 12,4 | 2,5 | 52,3 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,8 | 2,3 | 1,6 | 2,5 | 0,7 | 14,9 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 114,1 | 82,7 | 16,4 | 63,9 | 15,6 | 292,7 |

| | | | | | | | | |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 16,4 | 18 | 14,4 | 3,7 | 0,9 | 53,4 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,5 | 0,6 | 0,1 | 1,4 | 0,7 | 6,3 |
| | | | | | | | | |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 654,7 | 558,4 | 100,7 | 556,3 | 118,8 | 1988,9 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 26,8 | 30,4 | 6 | 19,1 | 7,9 | 90,2 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tluszcz [g] | 11,8 | 14,9 | 2,7 | 13 | 2,3 | 44,7 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 3,2 | 1,7 | 2,5 | 0,7 | 12,2 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 111,3 | 79,6 | 13 | 91,2 | 16,7 | 311,8 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 24,9 | 14,9 | 12,2 | 3 | 1,7 | 56,7 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 2,2 | 0,8 | 0,2 | 1,8 | 0,4 | 5,4 |
| | | | | | | | | |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 711,3 | 46,5 | 487,9 | 95,3 | 2030 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 29,6 | 46,3 | 0,5 | 20,1 | 5,9 | 102,4 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 11,9 | 21,7 | 0,2 | 10,8 | 4 | 48,6 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 6,4 | 0 | 3,1 | 2,4 | 16 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 117,1 | 88,3 | 11,2 | 77,7 | 8,7 | 303 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 14,8 | 25,3 | 10,3 | 2,4 | 8,7 | 61,5 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,8 | 1 | 0 | 3,2 | 0,2 | 7,2 |
| | | | | | | | | |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 728,2 | 573,9 | 95,7 | 483,9 | 133,6 | 2015,3 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 28,8 | 34,4 | 3,2 | 17,8 | 14,8 | 99 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tłuszcz [g] | 18,5 | 9,8 | 2 | 11,5 | 6,7 | 48,5 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,5 | 2 | 0,9 | 2,6 | 4 | 15 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 114,2 | 91,1 | 16,4 | 77,4 | 3,3 | 302,4 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 15,7 | 16,2 | 7,6 | 3,9 | 3,3 | 46,7 |
| 4. Dieta lekkostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego 18-24.12.2023 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,3 | 0,9 | 0 | 1,8 | 1 | 6 |
| | | | | | | | | |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 678 | 604,3 | 162,2 | 405,1 | 134,8 | 1984,4 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 32,2 | 47,2 | 5,7 | 19,8 | 6,9 | 111,8 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | 13,5 | 20,6 | 3,5 | 15,8 | 5,3 | 58,7 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,3 | 3,1 | 1,5 | 3,2 | 1,4 | 13,5 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 113,3 | 63,1 | 27,7 | 49,2 | 15,8 | 269,1 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 15 | 9,6 | 13,4 | 4,3 | 1,7 | 44 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2,8 | 1 | 0,1 | 1,4 | 0,9 | 6,2 |
| | | | | | | | | |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 694 | 643,4 | 136 | 362,3 | 133,6 | 1969,3 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 32,1 | 24,3 | 6,9 | 17,9 | 14,8 | 96 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tłuszcz [g] | 15,2 | 11,7 | 4,5 | 12,1 | 6,7 | 50,2 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,5 | 2,2 | 2,3 | 3,3 | 4 | 16,3 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 113,3 | 115,1 | 17,2 | 49,4 | 3,3 | 298,3 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 16,3 | 11,9 | 7,9 | 3,7 | 3,3 | 43,1 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 2,7 | 0,6 | 0,2 | 1,3 | 1 | 5,8 |
| | | | | | | | | |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 705,8 | 639,9 | 91,6 | 448,6 | 106,2 | 1992,1 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 33,9 | 42,2 | 3,5 | 20,5 | 4,5 | 104,6 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tłuszcz [g] | 16,1 | 23 | 2,2 | 10,3 | 3,8 | 55,4 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1 | 3,8 | 1,2 | 2,4 | 1 | 13,5 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 112,7 | 70,7 | 14,8 | 73,8 | 14,4 | 286,4 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 13,8 | 7,9 | 12,8 | 3,5 | 0,9 | 38,9 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 3,1 | 0,5 | 0,1 | 2,2 | 0,6 | 6,5 |
| | | | | | | | | |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 806,4 | 547,7 | 85,9 | 460,6 | 94,5 | 1995,1 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 714,3 | 580,8 | 141,5 | 482,3 | 133,6 | 2052,5 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 29,4 | 33,7 | 4,5 | 20,9 | 14,8 | 103,3 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tluszcz [g] | 19,3 | 13 | 2,9 | 14,8 | 6,7 | 56,7 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4 | 2,2 | 1,3 | 2,9 | 4 | 15,8 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 112,6 | 85,7 | 24,5 | 71 | 3,3 | 297,1 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 15,2 | 14,2 | 11,5 | 5,1 | 3,3 | 49,3 |
| 5. Dieta bogatoresztkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,2 | 0,9 | 0,1 | 1,8 | 1 | 6 |
| | | | | | | | | |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 678 | 604,3 | 162,2 | 405,1 | 134,8 | 1984,4 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 32,2 | 47,2 | 5,7 | 19,8 | 6,9 | 111,8 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tluszcz [g] | 13,5 | 20,6 | 3,5 | 15,8 | 5,3 | 58,7 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,3 | 3,1 | 1,5 | 3,2 | 1,4 | 13,5 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 113,3 | 63,1 | 27,7 | 49,2 | 15,8 | 269,1 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 15 | 9,6 | 13,4 | 4,3 | 1,7 | 44 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2,8 | 1 | 0,1 | 1,4 | 0,9 | 6,2 |
| | | | | | | | | |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 694 | 643,4 | 136 | 362,3 | 133,6 | 1969,3 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 32,1 | 24,3 | 6,9 | 17,9 | 14,8 | 96 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tluszcz [g] | 15,2 | 11,7 | 4,5 | 12,1 | 6,7 | 50,2 |

| | | | | | | | | |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,5 | 2,2 | 2,3 | 3,3 | 4 | 16,3 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 113,3 | 115,1 | 17,2 | 49,4 | 3,3 | 298,3 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 16,3 | 11,9 | 7,9 | 3,7 | 3,3 | 43,1 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 2,7 | 0,6 | 0,2 | 1,3 | 1 | 5,8 |
| | | | | | | | | |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 705,8 | 639,9 | 91,6 | 448,6 | 106,2 | 1992,1 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 33,9 | 42,2 | 3,5 | 20,5 | 4,5 | 104,6 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tłuszcz [g] | 16,1 | 23 | 2,2 | 10,3 | 3,8 | 55,4 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1 | 3,8 | 1,2 | 2,4 | 1 | 13,5 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 112,7 | 70,7 | 14,8 | 73,8 | 14,4 | 286,4 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 13,8 | 7,9 | 12,8 | 3,5 | 0,9 | 38,9 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 3,1 | 0,5 | 0,1 | 2,2 | 0,6 | 6,5 |
| | | | | | | | | |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 806,4 | 547,7 | 85,9 | 460,6 | 94,5 | 1995,1 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 41,1 | 31,6 | 4,2 | 15,2 | 4,6 | 96,7 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | 23,9 | 12,5 | 2,7 | 13,6 | 2,7 | 55,4 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 8,3 | 2,2 | 1,6 | 2,6 | 0,7 | 15,4 |

| | | | | | | | | |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 112,9 | 80,1 | 11,3 | 74,3 | 13,7 | 292,3 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 16,5 | 12,1 | 10,4 | 5,6 | 0,3 | 44,9 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,8 | 1,2 | 0,1 | 1,7 | 0,7 | 7,5 |
| | | | | | | | | |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 740,6 | 661,3 | 107,7 | 425,9 | 109,2 | 2044,7 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 37,4 | 34,9 | 3,1 | 14,1 | 7,7 | 97,2 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tluszcz [g] | 19 | 19,3 | 2,7 | 16,2 | 2,4 | 59,6 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,1 | 4,1 | 0,3 | 2,6 | 0,7 | 14,8 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 111,4 | 90,4 | 18,9 | 59,9 | 15 | 295,6 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 15 | 14,2 | 1,6 | 4,7 | 1,6 | 37,1 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 7,3 | 1,9 | 0 | 1,2 | 0,3 | 10,7 |
| | | | | | | | | |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 672,4 | 802,8 | 151,2 | 349,2 | 95,3 | 2070,9 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 30,4 | 48 | 5 | 16 | 5,9 | 105,3 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 13,2 | 21,1 | 3,1 | 10,8 | 4 | 52,2 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,2 | 3,5 | 0,9 | 3 | 2,4 | 14 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 114,6 | 108 | 27 | 50,2 | 8,7 | 308,5 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 15 | 22 | 5,1 | 3,4 | 8,7 | 54,2 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,8 | 2,1 | 0 | 2,6 | 0,2 | 7,7 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 714,3 | 580,8 | 141,5 | 482,3 | 133,6 | 2052,5 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 29,4 | 33,7 | 4,5 | 20,9 | 14,8 | 103,3 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tłuszcz [g] | 19,3 | 13 | 2,9 | 14,8 | 6,7 | 56,7 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4 | 2,2 | 1,3 | 2,9 | 4 | 15,8 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 112,6 | 85,7 | 24,5 | 71 | 3,3 | 297,1 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 15,2 | 14,2 | 11,5 | 5,1 | 3,3 | 49,3 |
| 6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,2 | 0,9 | 0,1 | 1,8 | 1 | 6 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 678 | 604,3 | 162,2 | 405,1 | 134,8 | 1984,4 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 32,2 | 47,2 | 5,7 | 19,8 | 6,9 | 111,8 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | 13,5 | 20,6 | 3,5 | 15,8 | 5,3 | 58,7 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,3 | 3,1 | 1,5 | 3,2 | 1,4 | 13,5 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 113,3 | 63,1 | 27,7 | 49,2 | 15,8 | 269,1 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 15 | 9,6 | 13,4 | 4,3 | 1,7 | 44 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2,8 | 1 | 0,1 | 1,4 | 0,9 | 6,2 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 694 | 643,4 | 136 | 362,3 | 133,6 | 1969,3 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 32,1 | 24,3 | 6,9 | 17,9 | 14,8 | 96 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tłuszcz [g] | 15,2 | 11,7 | 4,5 | 12,1 | 6,7 | 50,2 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,5 | 2,2 | 2,3 | 3,3 | 4 | 16,3 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 113,3 | 115,1 | 17,2 | 49,4 | 3,3 | 298,3 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 16,3 | 11,9 | 7,9 | 3,7 | 3,3 | 43,1 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 2,7 | 0,6 | 0,2 | 1,3 | 1 | 5,8 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 705,8 | 639,9 | 91,6 | 448,6 | 106,2 | 1992,1 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 33,9 | 42,2 | 3,5 | 20,5 | 4,5 | 104,6 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tłuszcz [g] | 16,1 | 23 | 2,2 | 10,3 | 3,8 | 55,4 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1 | 3,8 | 1,2 | 2,4 | 1 | 13,5 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 112,7 | 70,7 | 14,8 | 73,8 | 14,4 | 286,4 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 13,8 | 7,9 | 12,8 | 3,5 | 0,9 | 38,9 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 3,1 | 0,5 | 0,1 | 2,2 | 0,6 | 6,5 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 806,4 | 547,7 | 85,9 | 460,6 | 94,5 | 1995,1 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 41,1 | 31,6 | 4,2 | 15,2 | 4,6 | 96,7 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | 23,9 | 12,5 | 2,7 | 13,6 | 2,7 | 55,4 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 8,3 | 2,2 | 1,6 | 2,6 | 0,7 | 15,4 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 112,9 | 80,1 | 11,3 | 74,3 | 13,7 | 292,3 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 16,5 | 12,1 | 10,4 | 5,6 | 0,3 | 44,9 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,8 | 1,2 | 0,1 | 1,7 | 0,7 | 7,5 |
| | | | | | | | | |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 740,6 | 661,3 | 107,7 | 425,9 | 109,2 | 2044,7 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 37,4 | 34,9 | 3,1 | 14,1 | 7,7 | 97,2 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tłuszcz [g] | 19 | 19,3 | 2,7 | 16,2 | 2,4 | 59,6 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,1 | 4,1 | 0,3 | 2,6 | 0,7 | 14,8 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 111,4 | 90,4 | 18,9 | 59,9 | 15 | 295,6 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 15 | 14,2 | 1,6 | 4,7 | 1,6 | 37,1 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 7,3 | 1,9 | 0 | 1,2 | 0,3 | 10,7 |
| | | | | | | | | |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 672,4 | 802,8 | 151,2 | 349,2 | 95,3 | 2070,9 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 30,4 | 48 | 5 | 16 | 5,9 | 105,3 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tłuszcz [g] | 13,2 | 21,1 | 3,1 | 10,8 | 4 | 52,2 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,2 | 3,5 | 0,9 | 3 | 2,4 | 14 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 114,6 | 108 | 27 | 50,2 | 8,7 | 308,5 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 15 | 22 | 5,1 | 3,4 | 8,7 | 54,2 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,8 | 2,1 | 0 | 2,6 | 0,2 | 7,7 |
| | | | | | | | | |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 714,3 | 580,8 | 141,5 | 482,3 | 133,6 | 2052,5 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 29,4 | 33,7 | 4,5 | 20,9 | 14,8 | 103,3 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tłuszcz [g] | 19,3 | 13 | 2,9 | 14,8 | 6,7 | 56,7 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,4 | 2,2 | 1,3 | 2,9 | 4 | 15,8 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 112,6 | 85,7 | 24,5 | 71 | 3,3 | 297,1 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 15,2 | 14,2 | 11,5 | 5,1 | 3,3 | 49,3 |
| 7. Dieta o kontrolowanej ilości kwasów tłuszczowych 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,2 | 0,9 | 0,1 | 1,8 | 1 | 6 |
| | | | | | | | | |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 446,2 | 522,3 | 162,2 | 405,1 | 134,8 | 1670,6 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 19,7 | 43,7 | 5,7 | 19,8 | 6,9 | 95,8 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | 11,7 | 20 | 3,5 | 15,8 | 5,3 | 56,3 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4 | 3 | 1,5 | 3,2 | 1,4 | 13,1 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 69,1 | 46,2 | 27,7 | 49,2 | 15,8 | 208 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 13,9 | 8,9 | 13,4 | 4,3 | 1,7 | 42,2 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 1,7 | 1 | 0,1 | 1,4 | 0,9 | 5,1 |
| | | | | | | | | |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 467,3 | 528,7 | 136 | 403,4 | 133,6 | 1669 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 22,2 | 21,8 | 6,9 | 19,3 | 14,8 | 85 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tłuszcz [g] | 13 | 11,1 | 4,5 | 12,4 | 6,7 | 47,7 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 2 | 2,3 | 3,3 | 4 | 15,7 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 68,6 | 88,8 | 17,2 | 58 | 3,3 | 235,9 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 15,9 | 11,7 | 7,9 | 3,8 | 3,3 | 42,6 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 1 | 0,6 | 0,2 | 1,5 | 1 | 4,3 |
| | | | | | | | | |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 465,1 | 547,1 | 91,6 | 448,6 | 106,2 | 1658,6 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 19,6 | 38,8 | 3,5 | 20,5 | 4,5 | 86,9 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tłuszcz [g] | 14,2 | 22,1 | 2,2 | 10,3 | 3,8 | 52,6 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,7 | 3,7 | 1,2 | 2,4 | 1 | 13 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 68,2 | 52 | 14,8 | 73,8 | 14,4 | 223,2 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 12,5 | 7,7 | 12,8 | 3,5 | 0,9 | 37,4 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 2 | 0,5 | 0,1 | 2,2 | 0,6 | 5,4 |
| | | | | | | | | |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 523,1 | 479,6 | 85,9 | 460,6 | 94,5 | 1643,7 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 26,7 | 29,9 | 4,2 | 15,2 | 4,6 | 80,6 |

| | | | | | | | | |
|--|----------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | 17,2 | 12,4 | 2,7 | 13,6 | 2,7 | 48,6 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,7 | 2,2 | 1,6 | 2,6 | 0,7 | 13,8 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 68,5 | 65 | 11,3 | 74,3 | 13,7 | 232,8 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 16 | 11,9 | 10,4 | 5,6 | 0,3 | 44,2 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 1,7 | 1,2 | 0,1 | 1,7 | 0,7 | 5,4 |
| | | | | | | | | |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 508,3 | 530,9 | 107,7 | 425,9 | 109,2 | 1682 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 25,7 | 30 | 3,1 | 14,1 | 7,7 | 80,6 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tłuszcz [g] | 16,4 | 18,5 | 2,7 | 16,2 | 2,4 | 56,2 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,5 | 3,9 | 0,3 | 2,6 | 0,7 | 14 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 68 | 64,5 | 18,9 | 59,9 | 15 | 226,3 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 14,6 | 13 | 1,6 | 4,7 | 1,6 | 35,5 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 5,5 | 1,8 | 0 | 1,2 | 0,3 | 8,8 |
| | | | | | | | | |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 440,6 | 713,1 | 151,2 | 349,2 | 95,3 | 1749,4 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 17,8 | 45 | 5 | 16 | 5,9 | 89,7 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tłuszcz [g] | 11,3 | 20,7 | 3,1 | 10,8 | 4 | 49,9 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,9 | 3,5 | 0,9 | 3 | 2,4 | 13,7 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 70,5 | 89,2 | 27 | 50,2 | 8,7 | 245,6 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 13,9 | 22 | 5,1 | 3,4 | 8,7 | 53,1 |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 1,6 | 2,1 | 0 | 2,6 | 0,2 | 6,5 |
| | | | | | | | | |
| 8. Dieta ubogoenergetyczna 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 508,8 | 535 | 94,3 | 482,3 | 133,6 | 1754 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 723,7 | 654,8 | 195,2 | 476,1 | 118,8 | 2168,6 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 26,1 | 47,5 | 15,7 | 19,7 | 7,9 | 116,9 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 14,8 | 23,7 | 7,1 | 16,5 | 2,3 | 64,4 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9 | 7,5 | 4 | 2,9 | 0,7 | 20 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 122,7 | 66,2 | 17,6 | 62,4 | 16,7 | 285,6 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 21,7 | 14,7 | 17,5 | 3,6 | 1,7 | 59,2 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 2,3 | 0,8 | 1 | 1,7 | 0,4 | 6,2 |
| | | | | | | | | |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 788,7 | 576,1 | 202,6 | 416,7 | 105 | 2089,1 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 37,7 | 34,3 | 10,3 | 13,1 | 4,9 | 100,3 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tluszcz [g] | 21,1 | 13,5 | 6,8 | 12,4 | 2,5 | 56,3 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,8 | 2,3 | 4,1 | 2,5 | 0,7 | 17,4 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 114,1 | 82,7 | 25,2 | 63,9 | 15,6 | 301,5 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 16,4 | 18 | 23,2 | 3,7 | 0,9 | 62,2 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,5 | 0,6 | 0,4 | 1,4 | 0,7 | 6,6 |
| | | | | | | | | |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 681,1 | 558,4 | 178,5 | 437,6 | 118,8 | 1974,4 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 32,2 | 30,4 | 18,4 | 15,2 | 7,9 | 104,1 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tluszcz [g] | 11,9 | 14,9 | 2,7 | 12,3 | 2,3 | 44,1 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,2 | 3,2 | 1,7 | 2,3 | 0,7 | 12,1 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 112,3 | 79,6 | 20 | 66,8 | 16,7 | 295,4 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 25,8 | 14,9 | 19,2 | 2,8 | 1,7 | 64,4 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 2,2 | 0,8 | 0,3 | 1,2 | 0,4 | 4,9 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 711,3 | 46,5 | 487,9 | 95,3 | 2030 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 29,6 | 46,3 | 0,5 | 20,1 | 5,9 | 102,4 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 11,9 | 21,7 | 0,2 | 10,8 | 4 | 48,6 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 6,4 | 0 | 3,1 | 2,4 | 16 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 117,1 | 88,3 | 11,2 | 77,7 | 8,7 | 303 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 14,8 | 25,3 | 10,3 | 2,4 | 8,7 | 61,5 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,8 | 1 | 0 | 3,2 | 0,2 | 7,2 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 772,2 | 573,9 | 143,5 | 525,5 | 133,6 | 2148,7 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 37,7 | 34,4 | 4,8 | 21,3 | 14,8 | 113 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tluszcz [g] | 18,7 | 9,8 | 3 | 14,1 | 6,7 | 52,3 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,6 | 2 | 1,4 | 2,9 | 4 | 15,9 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 115,8 | 91,1 | 24,6 | 78,6 | 3,3 | 313,4 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 17,1 | 16,2 | 11,4 | 4,9 | 3,3 | 52,9 |
| 9. Dieta bogatobiałkowa 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,4 | 0,9 | 0,1 | 1,8 | 1 | 6,2 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 800,1 | 626,2 | 162,2 | 491,2 | 137,4 | 2217,1 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 38,3 | 41,8 | 5,7 | 17,5 | 6,8 | 110,1 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tluszcz [g] | 17,4 | 22,1 | 3,5 | 14,3 | 5,1 | 62,4 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,6 | 7,2 | 1,5 | 3,6 | 1,4 | 21,3 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 125,7 | 70,1 | 27,7 | 73,6 | 16,1 | 313,2 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 19,3 | 17 | 13,4 | 7,2 | 2,1 | 59 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 7,6 | 1,1 | 0,1 | 2,1 | 1 | 11,9 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 732,1 | 745,3 | 89,2 | 500,1 | 133,6 | 2200,3 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 33,7 | 29 | 0,7 | 23,3 | 14,8 | 101,5 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | tluszcz [g] | 18,2 | 15,3 | 0,7 | 13,3 | 6,7 | 54,2 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,8 | 2,7 | 0 | 3,7 | 4 | 17,2 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 109,6 | 128,5 | 21,7 | 72,8 | 3,3 | 335,9 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 22,2 | 14 | 17,4 | 6 | 3,3 | 62,9 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 3,2 | 0,7 | 0 | 2,2 | 1 | 7,1 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 806,7 | 768,1 | 91,6 | 461,8 | 119,8 | 2248 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 29,6 | 43 | 3,5 | 20 | 6,6 | 102,7 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 16,5 | 37,3 | 2,2 | 9,5 | 3,9 | 69,4 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,8 | 13,4 | 1,2 | 2,4 | 1,8 | 24,6 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 138,1 | 68,7 | 14,8 | 75,1 | 14,6 | 311,3 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 30,5 | 9,6 | 12,8 | 5,4 | 1,2 | 59,5 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 3,4 | 0,6 | 0,1 | 2,5 | 2,6 | 9,2 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 860,9 | 729,8 | 22,3 | 515 | 97,2 | 2225,2 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 41,7 | 32,6 | 0,2 | 16,1 | 4,5 | 95,1 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | tluszcz [g] | 23,2 | 31,4 | 0 | 13,2 | 2,5 | 70,3 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 8,7 | 7,9 | 0 | 2,7 | 0,7 | 20 |

| | | | | | | | | |
|--|----------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 124 | 83 | 5,5 | 84,2 | 13,9 | 310,6 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 21,6 | 19,6 | 4,5 | 7,5 | 0,7 | 53,9 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,7 | 2,1 | 0 | 2,2 | 0,7 | 8,7 |
| | | | | | | | | |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 750,8 | 718,9 | 111,3 | 541,9 | 111,8 | 2234,7 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 33,4 | 33,5 | 5,2 | 17,2 | 7,6 | 96,9 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tluszcz [g] | 16,5 | 26,1 | 3,2 | 16,2 | 2,2 | 64,2 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,3 | 4,5 | 2 | 2,7 | 0,7 | 17,2 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 118,7 | 91,7 | 15,5 | 82,8 | 15,3 | 324 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 30,9 | 14,8 | 13,6 | 6,8 | 2 | 68,1 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 6,9 | 1,8 | 0,1 | 2,1 | 0,4 | 11,3 |
| | | | | | | | | |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 752,2 | 849,3 | 67,3 | 465,2 | 149,8 | 2283,8 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 33,1 | 38,9 | 0,7 | 19,1 | 10,8 | 102,6 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 13,7 | 37,8 | 0,2 | 10,9 | 9,4 | 72 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5 | 12,8 | 0 | 3,1 | 6,4 | 27,3 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 127,4 | 92,5 | 16,8 | 73,1 | 5,4 | 315,2 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 20,2 | 20,8 | 11,5 | 5,4 | 5,4 | 63,3 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 3,1 | 1,8 | 0 | 3,5 | 0,1 | 8,5 |
| | | | | | | | | |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 757 | 582,4 | 218,7 | 498,6 | 133,6 | 2190,3 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 34,9 | 28,8 | 3,4 | 20,5 | 14,8 | 102,4 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tluszcz [g] | 25,6 | 12,1 | 8,5 | 14 | 6,7 | 66,9 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 9 | 2,8 | 4,9 | 3 | 4 | 23,7 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 99,8 | 93,7 | 33,4 | 73 | 3,3 | 303,2 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 18,1 | 21,1 | 21,6 | 7,4 | 3,3 | 71,5 |
| C1. Dieta podstawowa (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,1 | 1,2 | 0 | 2,1 | 1 | 6,4 |
| | | | | | | | | |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 774,2 | 488,4 | 324,5 | 521,1 | 139,1 | 2247,3 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 33,1 | 33,6 | 11,5 | 18,4 | 6,8 | 103,4 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | 13,1 | 16,6 | 7,1 | 14,4 | 5,1 | 56,3 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,8 | 2,2 | 3,1 | 3,5 | 1,4 | 15 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 132,2 | 56,4 | 55,4 | 79,9 | 16,4 | 340,3 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 18,6 | 13,2 | 26,9 | 5,8 | 1 | 65,5 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2,9 | 0,7 | 0,2 | 1,8 | 0,9 | 6,5 |
| | | | | | | | | |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 744,9 | 594,9 | 191,4 | 500,2 | 133,6 | 2165 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 34,1 | 29,3 | 11,1 | 21,6 | 14,8 | 110,9 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | tłuszcz [g] | 18,2 | 14,5 | 9,8 | 12 | 6,7 | 61,2 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,8 | 2,1 | 6,5 | 3,3 | 4 | 22,7 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 112,3 | 91,2 | 15,4 | 77 | 3,3 | 299,2 |

| | | | | | | | | |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 19,9 | 15,5 | 15,1 | 3 | 3,3 | 56,8 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 3,1 | 0,9 | 0,1 | 1,9 | 1 | 7 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 808,8 | 654,8 | 61,5 | 594,8 | 118,8 | 2238,7 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 29,6 | 47,5 | 0,9 | 23,5 | 7,9 | 109,4 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 16 | 23,7 | 0,3 | 17,1 | 2,3 | 59,4 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,7 | 7,5 | 0 | 3 | 0,7 | 16,9 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 137,9 | 66,2 | 14,3 | 86,9 | 16,7 | 322 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 25,5 | 14,7 | 14,1 | 3,8 | 1,7 | 59,8 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 2,4 | 0,8 | 0 | 2,2 | 0,4 | 5,8 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 878,4 | 576,1 | 107,3 | 535,4 | 105 | 2202,2 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 41,9 | 34,3 | 4,4 | 16,9 | 4,9 | 102,4 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tluszcz [g] | 23,2 | 13,5 | 2,8 | 13 | 2,5 | 55 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 8,7 | 2,3 | 1,6 | 2,6 | 0,7 | 15,9 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 127,9 | 82,7 | 16,4 | 88,3 | 15,6 | 330,9 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połów, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 20,3 | 18 | 14,4 | 3,9 | 0,9 | 57,5 |

| | | | | | | | | |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,5 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 0,7 | 6,8 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 718,8 | 688,8 | 142,3 | 556,3 | 118,8 | 2225 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 30,3 | 31,9 | 6,3 | 19,1 | 7,9 | 95,5 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tłuszcz [g] | 13,1 | 26,7 | 3 | 13 | 2,3 | 58,1 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9 | 4,6 | 1,7 | 2,5 | 0,7 | 14,4 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 121 | 85 | 23,1 | 91,2 | 16,7 | 337 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 29,1 | 17,3 | 21,9 | 3 | 1,7 | 73 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 2,3 | 0,9 | 0,2 | 1,8 | 0,4 | 5,6 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 774,2 | 711,3 | 265,4 | 487,9 | 95,3 | 2334,1 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 33,1 | 46,3 | 9,5 | 20,1 | 5,9 | 114,9 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tłuszcz [g] | 13,1 | 21,7 | 6 | 10,8 | 4 | 55,6 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,8 | 6,4 | 2,2 | 3,1 | 2,4 | 18,9 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 132,2 | 88,3 | 45,4 | 77,7 | 8,7 | 352,3 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 18,6 | 25,3 | 16,8 | 2,4 | 8,7 | 71,8 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,9 | 1 | 0,2 | 3,2 | 0,2 | 7,5 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 818 | 451,4 | 239,2 | 525,5 | 133,6 | 2167,7 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 33,1 | 25,1 | 8 | 21,3 | 14,8 | 102,3 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tluszcz [g] | 20,6 | 3 | 5,1 | 14,1 | 6,7 | 49,5 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,4 | 0,7 | 2,3 | 2,9 | 4 | 16,3 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 128 | 84 | 41 | 78,6 | 3,3 | 334,9 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 19,6 | 18,6 | 19 | 4,9 | 3,3 | 65,4 |
| C2. Dieta lekkostrawna (ciąża, okres okołoporodowy, połóg, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,4 | 0,8 | 0,2 | 1,8 | 1 | 6,2 |
| | | | | | | | | |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 586,2 | 724,8 | 199,7 | 523,8 | 134,8 | 2169,3 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 38,5 | 64,7 | 21,1 | 23,4 | 6,9 | 154,6 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tluszcz [g] | 14,3 | 26,1 | 6,2 | 18,4 | 5,3 | 70,3 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,4 | 3,7 | 0,6 | 3,9 | 1,4 | 14 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 80,3 | 63,3 | 16,2 | 70,8 | 15,8 | 246,4 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 13,6 | 9,7 | 10,8 | 4,5 | 1,7 | 40,3 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2,2 | 1,2 | 0,1 | 1,9 | 0,9 | 6,3 |
| | | | | | | | | |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 599,3 | 761 | 136 | 568 | 133,6 | 2197,9 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 38 | 41,2 | 6,9 | 37,7 | 14,8 | 138,6 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tluszcz [g] | 15,6 | 18,9 | 4,5 | 14,7 | 6,7 | 60,4 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,5 | 3,1 | 2,3 | 3,9 | 4 | 17,8 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 80,9 | 110,9 | 17,2 | 76,6 | 3,3 | 288,9 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 15 | 13,7 | 7,9 | 9,4 | 3,3 | 49,3 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 2,1 | 1,1 | 0,2 | 2 | 1 | 6,4 |
| | | | | | | | | |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 569,2 | 906,4 | 99,8 | 518,3 | 106,2 | 2199,9 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 34,8 | 65,4 | 16,8 | 35,3 | 4,5 | 156,8 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 14,7 | 37,7 | 0 | 15,1 | 3,8 | 71,3 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,6 | 7,6 | 0 | 2,8 | 1 | 16 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 78,7 | 80,9 | 8,1 | 65,1 | 14,4 | 247,2 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 11,7 | 17,1 | 6,8 | 3,5 | 0,9 | 40 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 2,5 | 0,9 | 0,1 | 2,1 | 0,6 | 6,2 |
| | | | | | | | | |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 694,6 | 666,5 | 109,3 | 626,5 | 94,5 | 2191,4 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 39,5 | 46,6 | 16,4 | 26 | 4,6 | 133,1 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | 26,3 | 16,1 | 0 | 24,8 | 2,7 | 69,9 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 9,5 | 2,7 | 0 | 9,7 | 0,7 | 22,6 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 79,3 | 87,1 | 11 | 79,7 | 13,7 | 270,8 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 14,4 | 13,6 | 10 | 11 | 0,3 | 49,3 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,4 | 1,5 | 0,1 | 1,8 | 0,7 | 7,5 |
| | | | | | | | | |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 584,3 | 696,5 | 169,8 | 622,7 | 109,2 | 2182,5 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 30,9 | 41,9 | 18,6 | 40,4 | 7,7 | 139,5 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tłuszcz [g] | 19,1 | 28,7 | 2 | 26,3 | 2,4 | 78,5 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,9 | 4,9 | 0,2 | 4 | 0,7 | 16,7 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 76,8 | 71,3 | 20,1 | 60,2 | 15 | 243,4 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 11,7 | 13,4 | 6,7 | 4,8 | 1,6 | 38,2 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 6,6 | 2 | 0,1 | 1,5 | 0,3 | 10,5 |
| | | | | | | | | |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 545,4 | 952,2 | 142,6 | 499,1 | 95,3 | 2234,6 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 29,5 | 80,8 | 15,3 | 22,5 | 5,9 | 154 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tłuszcz [g] | 13,8 | 23,1 | 6,8 | 15,4 | 4 | 63,1 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,2 | 4 | 4 | 4,2 | 2,4 | 18,8 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 80,4 | 108 | 5,3 | 72,3 | 8,7 | 274,7 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 12,6 | 22 | 3,5 | 3,6 | 8,7 | 50,4 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,1 | 2,4 | 1,1 | 3,6 | 0,2 | 9,4 |
| | | | | | | | | |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 626,5 | 781,3 | 163,6 | 632,1 | 133,6 | 2337,1 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 39,1 | 47,4 | 17,2 | 31,7 | 14,8 | 150,2 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tłuszcz [g] | 17,4 | 19,7 | 0,6 | 24,2 | 6,7 | 68,6 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,8 | 4,8 | 0,1 | 9,4 | 4 | 23,1 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 83,5 | 108,7 | 22,5 | 76,4 | 3,3 | 294,4 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 17,5 | 21,6 | 12,6 | 10,5 | 3,3 | 65,5 |
| C3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (ciąża, laktacja) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 1,7 | 1,2 | 0,1 | 1,9 | 1 | 5,9 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 709,8 | 626,2 | 162,2 | 378,6 | 137,4 | 2014,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 34,3 | 41,8 | 5,7 | 13,7 | 6,8 | 102,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | 16 | 22,1 | 3,5 | 13,7 | 5,1 | 60,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,8 | 7,2 | 1,5 | 3,4 | 1,4 | 20,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 109,6 | 70,1 | 27,7 | 50,5 | 16,1 | 274 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 14,7 | 17 | 13,4 | 6 | 2,1 | 53,2 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 7,5 | 1,1 | 0,1 | 1,4 | 1 | 11,1 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 659,7 | 714,9 | 66,9 | 469,6 | 133,6 | 2044,7 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 29,9 | 26,7 | 0,5 | 20,5 | 14,8 | 92,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tluszcz [g] | 16,8 | 13,7 | 0,5 | 12 | 6,7 | 49,7 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6 | 2,2 | 0 | 3,4 | 4 | 15,6 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 98,2 | 124,4 | 16,3 | 70,6 | 3,3 | 312,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 16,9 | 14,4 | 13 | 4,8 | 3,3 | 52,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 3,1 | 1 | 0 | 2,1 | 1 | 7,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 717,8 | 768,1 | 91,6 | 349,2 | 119,8 | 2046,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 25,6 | 43 | 3,5 | 16,2 | 6,6 | 94,9 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 15 | 37,3 | 2,2 | 8,9 | 3,9 | 67,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5 | 13,4 | 1,2 | 2,2 | 1,8 | 23,6 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 122,4 | 68,7 | 14,8 | 52 | 14,6 | 272,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 26,4 | 9,6 | 12,8 | 4,2 | 1,2 | 54,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 3 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 2,6 | 8,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 764,7 | 729,8 | 22,3 | 398,6 | 97,2 | 2012,6 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 37 | 32,6 | 0,2 | 12,2 | 4,5 | 86,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tluszcz [g] | 21 | 31,4 | 0 | 12,5 | 2,5 | 67,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,8 | 7,9 | 0 | 2,5 | 0,7 | 18,9 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 109 | 83 | 5,5 | 60,3 | 13,9 | 271,7 |

| | | | | | | | | |
|---|----------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 17 | 19,6 | 4,5 | 5,4 | 0,7 | 47,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,6 | 2,1 | 0 | 1,5 | 0,7 | 7,9 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 678,1 | 718,9 | 111,3 | 428,3 | 111,8 | 2048,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 29,5 | 33,5 | 5,2 | 13,3 | 7,6 | 89,1 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | tluszcz [g] | 15,1 | 26,1 | 3,2 | 15,6 | 2,2 | 62,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,5 | 4,5 | 2 | 2,6 | 0,7 | 16,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 107,4 | 91,7 | 15,5 | 59,5 | 15,3 | 289,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 25,7 | 14,8 | 13,6 | 5,3 | 2 | 61,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 6,8 | 1,8 | 0,1 | 1,4 | 0,4 | 10,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 661,9 | 849,3 | 67,3 | 349,7 | 149,8 | 2078 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 29,1 | 38,9 | 0,7 | 15,3 | 10,8 | 94,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 12,2 | 37,8 | 0,2 | 10,2 | 9,4 | 69,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,2 | 12,8 | 0 | 3 | 6,4 | 26,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 111,3 | 92,5 | 16,8 | 49,4 | 5,4 | 275,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 15,6 | 20,8 | 11,5 | 3,5 | 5,4 | 56,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 3 | 1,8 | 0 | 2,8 | 0,1 | 7,7 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 661,1 | 614,8 | 151,7 | 455,7 | 133,6 | 2016,9 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 30,2 | 34,3 | 2,8 | 19,1 | 14,8 | 101,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | tluszcz [g] | 23,4 | 15,8 | 8 | 13,8 | 6,7 | 67,7 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 8,1 | 3,5 | 4,9 | 2,9 | 4 | 23,4 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 84,7 | 89,4 | 17,1 | 64,1 | 3,3 | 258,6 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 13,7 | 20,6 | 8,5 | 7 | 3,3 | 53,1 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2 | 1 | 0 | 1,8 | 1 | 5,8 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 296,2 | 308,9 | 108,1 | 267,3 | 108,8 | 1089,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 13,1 | 20,2 | 3,8 | 10 | 4,4 | 51,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tluszcz [g] | 9,1 | 10,8 | 2,3 | 13 | 3,6 | 38,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 2,8 | 3,4 | 1 | 3,3 | 1 | 11,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 41,7 | 35,1 | 18,4 | 27,7 | 14,6 | 137,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 6,9 | 9,1 | 8,9 | 4,9 | 1,3 | 31,1 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 1,6 | 0,5 | 0 | 0,8 | 0,7 | 3,6 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 279,6 | 363,1 | 66,9 | 248 | 44,5 | 1002,1 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 13,8 | 13,4 | 0,5 | 9,9 | 4,9 | 42,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tluszcz [g] | 8,4 | 6,8 | 0,5 | 8,5 | 2,2 | 26,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 2,6 | 1,1 | 0 | 2,5 | 1,3 | 7,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 37,8 | 63,5 | 16,3 | 33,1 | 1,1 | 151,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 8,4 | 8 | 13 | 2,3 | 1,1 | 32,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 0,9 | 0,5 | 0 | 1 | 0,3 | 2,7 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 317,7 | 382,3 | 61,1 | 198,5 | 119,8 | 1079,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 12,9 | 25,4 | 2,3 | 8,1 | 6,6 | 55,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 11,7 | 17,1 | 1,5 | 7 | 3,9 | 41,2 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|------|--------|
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,5 | 4,2 | 0,8 | 1,9 | 1,8 | 12,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 41,4 | 33,6 | 9,9 | 26 | 14,6 | 125,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 6,3 | 5,8 | 8,5 | 2,1 | 1,2 | 23,9 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 1,3 | 0,3 | 0 | 0,9 | 2,6 | 5,1 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 319,8 | 410,1 | 22,3 | 223,2 | 97,2 | 1072,6 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 14,1 | 19,3 | 0,2 | 6,1 | 4,5 | 44,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | 11,3 | 17,2 | 0 | 8,8 | 2,5 | 39,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,9 | 4,8 | 0 | 2,1 | 0,7 | 11,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 41,5 | 46,1 | 5,5 | 30,1 | 13,9 | 137,1 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 7,9 | 11,7 | 4,5 | 2,7 | 0,7 | 27,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 1,2 | 1,3 | 0 | 0,8 | 0,7 | 4 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 294,8 | 405,5 | 55,6 | 238,1 | 98,6 | 1092,6 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 11,3 | 19,5 | 2,6 | 6,7 | 4,9 | 45 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tłuszcz [g] | 9,4 | 15,1 | 1,6 | 10,4 | 2,2 | 38,7 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,3 | 2,4 | 1 | 2,1 | 0,6 | 9,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 42 | 50,3 | 7,7 | 29,8 | 14,8 | 144,6 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 12,2 | 9,4 | 6,8 | 2,7 | 1,6 | 32,7 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 2,4 | 1 | 0 | 0,7 | 0,4 | 4,5 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 290,6 | 446,1 | 67,3 | 198,8 | 49,9 | 1052,7 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 11,2 | 19,3 | 0,7 | 7,7 | 3,6 | 42,5 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tłuszcz [g] | 8,7 | 19,8 | 0,2 | 7,7 | 3,1 | 39,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 2,7 | 6,3 | 0 | 2,3 | 2,1 | 13,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 43 | 49,9 | 16,8 | 24,7 | 1,8 | 136,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 6,9 | 12,8 | 11,5 | 1,8 | 1,8 | 34,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 1,5 | 1,3 | 0 | 1,4 | 0 | 4,2 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 344,9 | 435,8 | 91 | 215,1 | 44,5 | 1131,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 14,6 | 26,5 | 1,7 | 8,3 | 4,9 | 56 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tłuszcz [g] | 14,2 | 11,3 | 4,8 | 9,3 | 2,2 | 41,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,6 | 2,5 | 2,9 | 2,2 | 1,3 | 13,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 40,8 | 60,5 | 10,2 | 24,5 | 1,1 | 137,1 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 6,6 | 12,8 | 5,1 | 2,7 | 1,1 | 28,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 24-36 m. ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 1 | 0,7 | 0 | 0,7 | 0,3 | 2,7 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK KOPIA | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 589,2 | 499,5 | 162,2 | 271,5 | 137,4 | 1659,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK KOPIA | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 28,6 | 30,1 | 5,7 | 10,2 | 6,8 | 81,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK KOPIA | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | 14,9 | 16,8 | 3,5 | 13,1 | 5,1 | 53,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK KOPIA | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,5 | 4,6 | 1,5 | 3,3 | 1,4 | 17,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK KOPIA | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 87,4 | 61,9 | 27,7 | 28,5 | 16,1 | 221,6 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK KOPIA | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 13,9 | 13 | 13,4 | 5,2 | 2,1 | 47,6 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK KOPIA | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 6,5 | 1 | 0,1 | 0,8 | 1 | 9,4 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK KOPIA | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 520,8 | 562 | 66,9 | 298,2 | 133,6 | 1581,5 |

| | | | | | | | | |
|---|----------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 536,6 | 718,9 | 55,6 | 321,2 | 111,8 | 1744,1 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 21,7 | 33,5 | 2,6 | 9,9 | 7,6 | 75,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-12 Piątek | tluszcz [g] | 12,7 | 26,1 | 1,6 | 15 | 2,2 | 57,6 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,1 | 4,5 | 1 | 2,5 | 0,7 | 13,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 85 | 91,7 | 7,7 | 37,5 | 15,3 | 237,2 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 25 | 14,8 | 6,8 | 4,5 | 2 | 53,1 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 3,9 | 1,8 | 0 | 0,8 | 0,4 | 6,9 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 544,2 | 668,1 | 67,3 | 242,6 | 149,8 | 1672 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 24,3 | 28,7 | 0,7 | 11,9 | 10,8 | 76,4 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 11,4 | 24,3 | 0,2 | 9,6 | 9,4 | 54,9 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4 | 8,7 | 0 | 2,8 | 6,4 | 21,9 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 88,4 | 87 | 16,8 | 27,3 | 5,4 | 224,9 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 14,8 | 19,8 | 11,5 | 2,8 | 5,4 | 54,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2 | 1,5 | 0 | 2,2 | 0,1 | 5,8 |
| | | | | | | | | |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 661,1 | 549,7 | 151,7 | 299,4 | 133,6 | 1795,5 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 30,2 | 32,3 | 2,8 | 12,7 | 14,8 | 92,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-14 Niedziela | tluszcz [g] | 23,4 | 15,5 | 8 | 11,3 | 6,7 | 64,9 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 8,1 | 3,3 | 4,9 | 2,5 | 4 | 22,8 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 84,7 | 75,3 | 17,1 | 36,9 | 3,3 | 217,3 |
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 13,7 | 19 | 8,5 | 5,5 | 3,3 | 50 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P1. Dieta podstawowa (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK KOPIA | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2 | 1 | 0 | 1 | 1 | 5 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 619,9 | 697,6 | 130,9 | 414 | 139,3 | 2001,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 21,9 | 40,2 | 3,5 | 14,3 | 6 | 85,9 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tluszcz [g] | 14,7 | 25 | 0,9 | 14,2 | 4,9 | 59,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,7 | 3,8 | 0,1 | 1,2 | 0,5 | 7,3 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 103,3 | 81 | 27,4 | 59,1 | 18,7 | 289,5 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 16,5 | 8,3 | 6,2 | 4,4 | 2 | 37,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 4 | 1,4 | 0 | 2,2 | 1,3 | 8,9 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 658,5 | 805,7 | 89,2 | 402,2 | 195,6 | 2151,2 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 22,2 | 47,1 | 0,7 | 16,1 | 12,1 | 98,2 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | tluszcz [g] | 13,8 | 23 | 0,7 | 14,6 | 9,5 | 61,6 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,6 | 3,9 | 0 | 2 | 0,7 | 8,2 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 113,3 | 111,3 | 21,7 | 53,9 | 15,7 | 315,9 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 20,6 | 11,7 | 17,4 | 4,8 | 1,1 | 55,6 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 3,7 | 0,7 | 0 | 2,3 | 0 | 6,7 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 676,4 | 610,4 | 46,5 | 382,1 | 133,8 | 1849,2 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 21,5 | 40,7 | 0,5 | 18,1 | 6,3 | 87,1 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 13,7 | 20,6 | 0,2 | 11,9 | 4,9 | 51,3 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,6 | 2,9 | 0 | 1,5 | 0,5 | 6,5 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 119,4 | 70,9 | 11,2 | 52,3 | 16,7 | 270,5 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 25 | 14,4 | 10,3 | 3,2 | 1,1 | 54 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 4,1 | 0,8 | 0 | 3,1 | 1,2 | 9,2 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 692 | 580,8 | 22,3 | 440,5 | 135,8 | 1871,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 22 | 30,8 | 0,2 | 24,6 | 5,5 | 83,1 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tluszcz [g] | 15,6 | 19,4 | 0 | 15,4 | 4,9 | 55,3 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,8 | 5,4 | 0 | 2,8 | 0,4 | 10,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 119,4 | 76,7 | 5,5 | 53 | 18,4 | 273 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 28,4 | 16,1 | 4,5 | 3,9 | 2 | 54,9 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,9 | 1,9 | 0 | 2,4 | 1,2 | 9,4 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 648,2 | 672,7 | 41,5 | 456,1 | 154,6 | 1973,1 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 21,9 | 34,2 | 0,3 | 14,5 | 7,5 | 78,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tluszcz [g] | 16,5 | 15,2 | 0,3 | 19,7 | 6,5 | 58,2 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 2,3 | 3,2 | 0 | 3,4 | 0,7 | 9,6 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 105,1 | 107,5 | 10 | 57,1 | 17,1 | 296,8 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 15 | 12,8 | 9,7 | 5,7 | 1,2 | 44,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 3,1 | 0,7 | 0 | 2,6 | 1,2 | 7,6 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 684,3 | 695 | 105 | 407,6 | 94,9 | 1986,8 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 24,2 | 33,3 | 1 | 20,8 | 0,5 | 79,8 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 14,1 | 28 | 0,3 | 12,5 | 6,8 | 61,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,8 | 2,3 | 0,1 | 1,7 | 6,2 | 12,1 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 117,6 | 82,7 | 25,3 | 54,8 | 7,9 | 288,3 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 24,2 | 16,9 | 20,7 | 4,3 | 0,6 | 66,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 4,4 | 0,8 | 0 | 3,8 | 0 | 9 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 694,7 | 621,1 | 153,3 | 359 | 204,5 | 2032,6 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 26,2 | 44,3 | 1,7 | 18,2 | 4,4 | 94,8 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tluszcz [g] | 19,9 | 17,2 | 8,7 | 9,7 | 11,5 | 67 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,4 | 2,5 | 1,8 | 1,3 | 0,9 | 9,9 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 104,6 | 75 | 17,3 | 51,4 | 20,8 | 269,1 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 14,2 | 8,1 | 9,7 | 3,6 | 1,6 | 37,2 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 3,2 | 0,4 | 0,2 | 3,4 | 0,6 | 7,8 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 477,1 | 569,2 | 130,9 | 297,5 | 139,3 | 1614 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 16 | 29,8 | 3,5 | 10,3 | 6 | 65,6 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tluszcz [g] | 13,6 | 22,1 | 0,9 | 10,9 | 4,9 | 52,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,4 | 3,5 | 0,1 | 0,9 | 0,5 | 6,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 75,8 | 65,8 | 27,4 | 41,4 | 18,7 | 229,1 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 15,5 | 8,1 | 6,2 | 3 | 2 | 34,8 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2,8 | 1,3 | 0 | 1,8 | 1,3 | 7,2 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 516,5 | 587,1 | 89,2 | 294,4 | 195,6 | 1682,8 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 15,8 | 37,5 | 0,7 | 11,2 | 12,1 | 77,3 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tluszcz [g] | 12,7 | 17,9 | 0,7 | 11,1 | 9,5 | 51,9 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,3 | 3,1 | 0 | 1,3 | 0,7 | 6,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 86,7 | 74,7 | 21,7 | 39,4 | 15,7 | 238,2 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 19,7 | 8,5 | 17,4 | 3,9 | 1,1 | 50,6 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 2,5 | 0,5 | 0 | 1,9 | 0 | 4,9 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 533,7 | 460,1 | 46,5 | 317,8 | 133,8 | 1491,9 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 15,6 | 31 | 0,5 | 16 | 6,3 | 69,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | tłuszcz [g] | 12,7 | 14,9 | 0,2 | 11,6 | 4,9 | 44,3 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,3 | 2,2 | 0 | 1,4 | 0,5 | 5,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 92 | 55,8 | 11,2 | 39 | 16,7 | 214,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 24 | 14,2 | 10,3 | 2,8 | 1,1 | 52,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 2,9 | 0,7 | 0 | 2,7 | 1,2 | 7,5 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 549,3 | 539,8 | 22,3 | 310,7 | 135,8 | 1557,9 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 16,1 | 29 | 0,2 | 15,4 | 5,5 | 66,2 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | 14,6 | 19,1 | 0 | 11,4 | 4,9 | 50 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,5 | 5,3 | 0 | 1,7 | 0,4 | 8,9 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 92 | 68,3 | 5,5 | 38,3 | 18,4 | 222,5 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 27,4 | 15,7 | 4,5 | 2,8 | 2 | 52,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 2,6 | 1,9 | 0 | 1,9 | 1,2 | 7,6 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 519,6 | 591,6 | 41,5 | 323,3 | 154,6 | 1630,6 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 17,8 | 27,3 | 0,3 | 10,4 | 7,5 | 63,3 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 314,2 | 332,5 | 87,2 | 215,7 | 109,7 | 1059,3 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 11,2 | 18,9 | 2,3 | 7,4 | 4,6 | 44,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | 8,6 | 12,2 | 0,6 | 7,8 | 2,8 | 32 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 0,9 | 1,8 | 0,1 | 0,6 | 0,3 | 3,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 49,9 | 38,2 | 18,2 | 30 | 17,1 | 153,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 9,7 | 4,9 | 4,1 | 2,2 | 1,8 | 22,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2 | 0,7 | 0 | 1,2 | 0,9 | 4,8 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 336,9 | 402,8 | 44,6 | 209,8 | 97,8 | 1091,9 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 8,7 | 23,5 | 0,3 | 8,3 | 6 | 46,8 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tłuszcz [g] | 7,6 | 11,5 | 0,3 | 8 | 4,7 | 32,1 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 0,7 | 1,9 | 0 | 1 | 0,3 | 3,9 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 59,6 | 55,6 | 10,8 | 27,4 | 7,8 | 161,2 |

| | | | | | | | | |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 14,9 | 5,8 | 8,7 | 2,4 | 0,5 | 32,3 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 1,4 | 0,3 | 0 | 1,2 | 0 | 2,9 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 311,7 | 353 | 46,5 | 233,2 | 107,6 | 1052 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 9,2 | 24,4 | 0,5 | 10,2 | 5,4 | 49,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 7,3 | 13,1 | 0,2 | 9,6 | 2,9 | 33,1 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 0,7 | 1,8 | 0 | 1 | 0,3 | 3,8 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 53,6 | 36,9 | 11,2 | 27,9 | 15,4 | 145 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 12,7 | 8,1 | 10,3 | 1,7 | 1 | 33,8 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 1,7 | 0,4 | 0 | 1,8 | 1 | 4,9 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 336,8 | 335,5 | 22,3 | 233 | 109,7 | 1037,3 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 8,8 | 18,3 | 0,2 | 12,9 | 4,6 | 44,8 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tluszcz [g] | 8,2 | 11,9 | 0 | 8,4 | 2,8 | 31,3 |

| | | | | | | | | |
|--|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|------|-------|--------|
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 0,8 | 3,5 | 0 | 1,4 | 0,3 | 6 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 58,8 | 41,6 | 5,5 | 27,7 | 17,1 | 150,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 19,6 | 8,9 | 4,5 | 2,3 | 1,8 | 37,1 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 1,4 | 1 | 0 | 1,3 | 0,9 | 4,6 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 350,5 | 340,7 | 41,5 | 241 | 111,3 | 1085 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 13 | 16,6 | 0,3 | 7,6 | 4,9 | 42,4 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tłuszcz [g] | 11 | 7,6 | 0,3 | 10,9 | 3,4 | 33,2 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,7 | 1,6 | 0 | 1,8 | 0,4 | 5,5 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 51 | 55,2 | 10 | 29,2 | 15,6 | 161 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 8,7 | 7,3 | 9,7 | 3 | 1 | 29,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 1,6 | 0,3 | 0 | 1,4 | 0,8 | 4,1 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 322,7 | 323,3 | 52,5 | 241 | 94,9 | 1034,4 |

| | | | | | | | | |
|--|----------------------|-------------------------------|-------|------|------|-------|-------|-------|
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 11,4 | 15,5 | 0,5 | 13,6 | 0,5 | 41,5 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 7,7 | 12,8 | 0,1 | 8,6 | 6,8 | 36 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 0,9 | 1 | 0 | 1,2 | 6,2 | 9,3 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 53,2 | 38,8 | 12,6 | 28,2 | 7,9 | 140,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 12,3 | 9,1 | 10,3 | 2,3 | 0,6 | 34,6 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,1 | 0,4 | 0 | 2,2 | 0 | 4,7 |
| | | | | | | | | |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 349,3 | 308 | 76,6 | 192,7 | 148,4 | 1075 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 12,9 | 21,5 | 0,8 | 10,1 | 3,4 | 48,7 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tluszcz [g] | 11 | 9,1 | 4,3 | 5,7 | 7 | 37,1 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 1,8 | 1,3 | 0,9 | 0,7 | 0,5 | 5,2 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 50,6 | 36,6 | 8,6 | 26,1 | 17,7 | 139,6 |
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 8,3 | 5,3 | 4,8 | 1,8 | 1,1 | 21,3 |

| | | | | | | | | |
|--|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P15. Dieta bezmleczna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobniona) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 1,6 | 0,2 | 0,1 | 1,9 | 0,5 | 4,3 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 488,4 | 162,2 | 521,1 | 139,1 | 1999,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 29,6 | 33,6 | 5,7 | 18,4 | 6,8 | 94,1 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tluszcz [g] | 11,9 | 16,6 | 3,5 | 14,4 | 5,1 | 51,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 2,2 | 1,5 | 3,5 | 1,4 | 12,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 117,1 | 56,4 | 27,7 | 79,9 | 16,4 | 297,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 14,8 | 13,2 | 13,4 | 5,8 | 1 | 48,2 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 2,8 | 0,7 | 0,1 | 1,8 | 0,9 | 6,3 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 680,8 | 636 | 41,5 | 500,2 | 133,6 | 1992,1 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 30,6 | 28,8 | 0,3 | 21,6 | 14,8 | 96,1 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tluszcz [g] | 16,8 | 13,9 | 0,3 | 12 | 6,7 | 49,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6 | 1,9 | 0 | 3,3 | 4 | 15,2 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 102,7 | 103,4 | 10 | 77 | 3,3 | 296,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 15,7 | 16,4 | 9,7 | 3 | 3,3 | 48,1 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 3 | 1,2 | 0 | 1,9 | 1 | 7,1 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 723,7 | 654,8 | 61,5 | 476,1 | 118,8 | 2034,9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 26,1 | 47,5 | 0,9 | 19,7 | 7,9 | 102,1 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 14,8 | 23,7 | 0,3 | 16,5 | 2,3 | 57,6 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9 | 7,5 | 0 | 2,9 | 0,7 | 16 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 122,7 | 66,2 | 14,3 | 62,4 | 16,7 | 282,3 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 21,7 | 14,7 | 14,1 | 3,6 | 1,7 | 55,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 2,3 | 0,8 | 0 | 1,7 | 0,4 | 5,2 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 788,7 | 576,1 | 107,3 | 416,7 | 105 | 1993,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 37,7 | 34,3 | 4,4 | 13,1 | 4,9 | 94,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | tluszcz [g] | 21,1 | 13,5 | 2,8 | 12,4 | 2,5 | 52,3 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,8 | 2,3 | 1,6 | 2,5 | 0,7 | 14,9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 114,1 | 82,7 | 16,4 | 63,9 | 15,6 | 292,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 16,4 | 18 | 14,4 | 3,7 | 0,9 | 53,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 3,5 | 0,6 | 0,1 | 1,4 | 0,7 | 6,3 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 654,7 | 558,4 | 100,7 | 556,3 | 118,8 | 1988,9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 26,8 | 30,4 | 6 | 19,1 | 7,9 | 90,2 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | tluszcz [g] | 11,8 | 14,9 | 2,7 | 13 | 2,3 | 44,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 3,2 | 1,7 | 2,5 | 0,7 | 12,2 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 111,3 | 79,6 | 13 | 91,2 | 16,7 | 311,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 24,9 | 14,9 | 12,2 | 3 | 1,7 | 56,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 2,2 | 0,8 | 0,2 | 1,8 | 0,4 | 5,4 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 689 | 711,3 | 46,5 | 487,9 | 95,3 | 2030 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 29,6 | 46,3 | 0,5 | 20,1 | 5,9 | 102,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 11,9 | 21,7 | 0,2 | 10,8 | 4 | 48,6 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,1 | 6,4 | 0 | 3,1 | 2,4 | 16 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 117,1 | 88,3 | 11,2 | 77,7 | 8,7 | 303 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 14,8 | 25,3 | 10,3 | 2,4 | 8,7 | 61,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 2,8 | 1 | 0 | 3,2 | 0,2 | 7,2 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 728,2 | 573,9 | 95,7 | 483,9 | 133,6 | 2015,3 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 28,8 | 34,4 | 3,2 | 17,8 | 14,8 | 99 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | tłuszcz [g] | 18,5 | 9,8 | 2 | 11,5 | 6,7 | 48,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 5,5 | 2 | 0,9 | 2,6 | 4 | 15 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 114,2 | 91,1 | 16,4 | 77,4 | 3,3 | 302,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 15,7 | 16,2 | 7,6 | 3,9 | 3,3 | 46,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 10-18 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 2,3 | 0,9 | 0 | 1,8 | 1 | 6 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 546,5 | 422,9 | 108,1 | 331,2 | 139,1 | 1547,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 21,8 | 27,4 | 3,8 | 12,3 | 6,8 | 72,1 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tłuszcz [g] | 10,9 | 13,4 | 2,3 | 13,4 | 5,1 | 45,1 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,8 | 1,9 | 1 | 3,3 | 1,4 | 11,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 91,4 | 52,8 | 18,4 | 40,8 | 16,4 | 219,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 14,1 | 11,3 | 8,9 | 5,4 | 1 | 40,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 1,9 | 0,5 | 0 | 0,9 | 0,9 | 4,2 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 530,3 | 546,6 | 41,5 | 381,5 | 133,6 | 1633,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSILEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 24,9 | 22,9 | 0,3 | 17,8 | 14,8 | 80,7 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tłuszcz [g] | 13,6 | 13,2 | 0,3 | 11,4 | 6,7 | 45,2 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,9 | 1,7 | 0 | 3,2 | 4 | 13,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 78 | 88,2 | 10 | 52,5 | 3,3 | 232 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 15,5 | 16,3 | 9,7 | 2,8 | 3,3 | 47,6 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 2 | 1,1 | 0 | 1,3 | 1 | 5,4 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 605 | 574,5 | 61,5 | 266,4 | 118,8 | 1626,2 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 22,3 | 37 | 0,9 | 10,2 | 7,9 | 78,3 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tłuszcz [g] | 14,1 | 21,3 | 0,3 | 10,9 | 2,3 | 48,9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 4,8 | 6,7 | 0 | 2,2 | 0,7 | 14,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 98,3 | 62,1 | 14,3 | 32,1 | 16,7 | 223,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 21,5 | 12,5 | 14,1 | 2,5 | 1,7 | 52,3 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 1,7 | 0,6 | 0 | 0,8 | 0,4 | 3,5 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 625,5 | 462,8 | 107,3 | 298 | 105 | 1598,6 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 28,9 | 23,4 | 4,4 | 9,3 | 4,9 | 70,9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tłuszcz [g] | 18,2 | 11 | 2,8 | 11,8 | 2,5 | 46,3 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 6,3 | 1,9 | 1,6 | 2,4 | 0,7 | 12,9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 88,6 | 70,5 | 16,4 | 39,4 | 15,6 | 230,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 15,1 | 16,9 | 14,4 | 3,5 | 0,9 | 50,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 2,5 | 0,5 | 0,1 | 0,8 | 0,7 | 4,6 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci 4-9 lat) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 536 | 531,1 | 100,7 | 318,6 | 118,8 | 1605,2 |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | wartość energetyczna [kcal] | 292,3 | 287,5 | 108,1 | 222 | 139,1 | 1049 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | białko [g] | 11,1 | 21,6 | 3,8 | 7,1 | 6,8 | 50,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | tluszcz [g] | 8,6 | 8,7 | 2,3 | 9,3 | 5,1 | 34 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 2,6 | 1,2 | 1 | 2,4 | 1,4 | 8,6 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | węglowodany ogółem [g] | 43,5 | 33,6 | 18,4 | 27,6 | 16,4 | 139,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | cukry [g] | 7 | 7,6 | 8,9 | 2,7 | 1 | 27,2 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-08 Poniedziałek | sól [g] | 1,5 | 0,4 | 0 | 0,6 | 0,9 | 3,4 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | wartość energetyczna [kcal] | 278,6 | 454,5 | 41,5 | 214,7 | 44,5 | 1033,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | białko [g] | 13,8 | 19,8 | 0,3 | 8,9 | 4,9 | 47,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | tluszcz [g] | 8,4 | 7,5 | 0,3 | 8,3 | 2,2 | 26,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 2,6 | 1,1 | 0 | 2,4 | 1,3 | 7,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | węglowodany ogółem [g] | 37,7 | 79,3 | 10 | 26,3 | 1,1 | 154,4 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | cukry [g] | 8,3 | 9,2 | 9,7 | 1,4 | 1,1 | 29,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-09 Wtorek | sól [g] | 0,9 | 0,6 | 0 | 0,7 | 0,3 | 2,5 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | wartość energetyczna [kcal] | 320,4 | 328,5 | 61,5 | 262 | 105,6 | 1078 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | białko [g] | 12,8 | 22,6 | 0,9 | 9,9 | 5,2 | 51,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | tluszcz [g] | 11,5 | 12,5 | 0,3 | 10,9 | 2,2 | 37,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,5 | 3,6 | 0 | 2,2 | 0,6 | 9,9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | węglowodany ogółem [g] | 42,2 | 33,2 | 14,3 | 31,2 | 16,2 | 137,1 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | cukry [g] | 6,9 | 7,6 | 14,1 | 1,8 | 1,3 | 31,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-10 Środa | sól [g] | 1 | 0,4 | 0 | 0,8 | 0,3 | 2,5 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | wartość energetyczna [kcal] | 320,2 | 306,9 | 71,5 | 232,3 | 105 | 1035,9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | białko [g] | 14,1 | 16,9 | 2,9 | 6,6 | 4,9 | 45,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | tluszcz [g] | 11,3 | 7,3 | 1,8 | 8,8 | 2,5 | 31,7 |

| | | | | | | | | |
|---|---------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,9 | 1,1 | 1,1 | 2 | 0,7 | 8,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | węglowodany ogółem [g] | 41,7 | 45,1 | 10,9 | 31,9 | 15,6 | 145,2 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | cukry [g] | 8,1 | 11,5 | 9,6 | 1,8 | 0,9 | 31,9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-11 Czwartek | sól [g] | 1,2 | 0,3 | 0,1 | 0,7 | 0,7 | 3 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | wartość energetyczna [kcal] | 289,6 | 363 | 50,3 | 242,7 | 105,6 | 1051,2 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | białko [g] | 8,4 | 19,2 | 3 | 7,6 | 5,2 | 43,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | tłuszcz [g] | 8,3 | 12,3 | 1,3 | 8,8 | 2,2 | 32,9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 2,5 | 2,5 | 0,8 | 1,9 | 0,6 | 8,3 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | węglowodany ogółem [g] | 45,9 | 46,5 | 6,5 | 33,4 | 16,2 | 148,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | cukry [g] | 16,7 | 10 | 6,1 | 1,4 | 1,3 | 35,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-12 Piątek | sól [g] | 0,9 | 0,5 | 0,1 | 0,6 | 0,3 | 2,4 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | wartość energetyczna [kcal] | 292,3 | 340,5 | 46,5 | 279,4 | 31,7 | 990,4 |

| | | | | | | | | |
|---|----------------------|-------------------------------|-------|-------|------|-------|------|--------|
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | białko [g] | 11,1 | 23,5 | 0,5 | 11,8 | 1,9 | 48,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | tluszcz [g] | 8,6 | 9 | 0,2 | 9,4 | 1,3 | 28,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 2,6 | 2,9 | 0 | 2,7 | 0,8 | 9 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | węglowodany ogółem [g] | 43,5 | 44 | 11,2 | 36,8 | 2,9 | 138,4 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | cukry [g] | 7 | 12,5 | 10,3 | 1,3 | 2,9 | 34 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-13 Sobota | sól [g] | 1,5 | 0,5 | 0 | 1,9 | 0 | 3,9 |
| | | | | | | | | |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | wartość energetyczna [kcal] | 313,3 | 300,8 | 95,7 | 246,5 | 44,5 | 1000,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | białko [g] | 11,8 | 19,6 | 3,2 | 10,2 | 4,9 | 49,7 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | tluszcz [g] | 11,4 | 5,7 | 2 | 10,2 | 2,2 | 31,5 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 3,2 | 1,1 | 0,9 | 2,3 | 1,3 | 8,8 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | węglowodany ogółem [g] | 42,1 | 44,8 | 16,4 | 28,6 | 1,1 | 133 |
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż.(zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | cukry [g] | 7,8 | 8,9 | 7,6 | 3,5 | 1,1 | 28,9 |

| | | | | | | | | |
|--|----------------------|---------|-----|-----|---|-----|-----|-----|
| P2. Dieta lekkostrawna (dzieci do 24 m.ż. (zmiana konsystencji na częściowo rozdrobnioną) i dzieci 24-36 m.ż.) 8-14.01.2024 rok, Pilotaż DOBRY POSIŁEK | 2024-01-14 Niedziela | sól [g] | 0,9 | 0,5 | 0 | 0,7 | 0,3 | 2,4 |
| | | | | | | | | |

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 wprowadzałyby w błąd konsumenta.