

DATA	SKŁADNIKI	ŁATWOSTRAWNA	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	WYSOKOBIAŁKOWA	Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
01.02.2024	energia (kcal)	1 878	1 985	2 137	1 823
	białko (g)	79,4	79	116,9	77,2
	tłuszcze ogółem (g)	66,4	71,2	71,9	68,2
		20,2	20,4	23	20
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	250,7	269,6	266,8	239,4
	sacharoza (g)	34	38,9	36,5	34,9
	błonnik (g)	19,6	25,5	23,2	29,6
sód	2 237,7	2 184,9	2 742,3	2 143,7	
02.02.2024	energia (kcal)	2 041	2 069	2 085	2 050
	białko (g)	94,4	100	107,6	95,1
	tłuszcze ogółem (g)	73,4	76,6	74	75,6
		22,8	23,8	23,1	23
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	259,9	255,9	258	259,7
	sacharoza (g)	45,4	36,2	36,2	49,9
	błonnik (g)	24	27,6	27,6	31,2
sód	2 255,4	2 297,7	2 241,7	2 263,5	
03.02.2024	energia (kcal)	2 048	2 061	2 157	1 868
	białko (g)	93,1	94,5	107,3	87,3
	tłuszcze ogółem (g)	67,5	67,9	71,2	66,5
		18,8	18,4	19,1	17,3
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	277,3	279,2	282,4	243,1
	sacharoza (g)	41,6	45,4	45,4	39,2
	błonnik (g)	22,4	24,5	24,7	29
sód (mg)	2705	2675,1	3077	2562,2	
	energia (kcal)	2 035	2 074	2 097	1 918
	białko (g)	86,1	85,4	86	83,5
	tłuszcze ogółem (g)	85,8	85,6	87,6	83,4

04.02.2024	kwasy tłuszczowe nasycone (g)	26,2	25,8	26,3	25,5
	węglowodany ogółem (g)	238,2	251,8	252,1	221
	sacharoza (g)	30,9	34,8	34,8	30,7
	błonnik (g)	19,2	23,4	23,4	27,6
	sód	2095,9	2058,1	2118,5	2016,5
05.02.2024	energia (kcal)	1 955	2 038	2 066	1 899
	białko (g)	77,4	78,7	85,5	77,3
	tłuszcze ogółem (g)	77,1	80,2	79,8	
		23	23,4	23,1	22,9
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	260,1	273,6	274,7	75,9
	sacharoza (g)	36,1	37,7	37,7	34,7
	błonnik (g)	26,5	28,6	28,6	250,3
sód	1673,8	1675,7	1600,2	30,6	
06.02.2024	energia (kcal)	2 083	2 075	2 117	2 032
	białko (g)	97,1	101,7	104,9	97,4
	tłuszcze ogółem (g)	76,7	75,2	78,2	73
		27,2	27,4	29,4	26,6
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	267,1	260,7	261,2	262,1
	sacharoza (g)	32,9	36,8	36,8	47,8
	błonnik (g)	26,8	26,5	26,5	33,1
sód	2 327,60	2377,4	2440,3	2312,9	
07.02.2024	energia (kcal)	1 889	1 980	2 030	1 851
	białko (g)	83,7	87,8	99,3	82,3
	tłuszcze ogółem (g)	72,2	75,8	76,2	73,4
		23,1	23,9	24	22,2
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	237,5	249,1	249,1	230,8
	sacharoza (g)	25,3	25,9	25,9	25,5
	błonnik (g)	19,6	21,3	21,3	28,6
	sód	1633,9	1671,6	1699,8	1576,7
	energia (kcal)	1 873	1 995	2 083	1 816
	białko (g)	76,8	85,6	90,4	76,3

08.02.2024	tłuszcze ogółem (g)	69,4	73,9	80,6	69,9
		23,8	25,7	25,6	23,8
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	247,9	259,9	261,7	236
	sacharoza (g)	35,4	35,7	35,7	35
	błonnik (g)	24,9	25	25	31,9
	sód	3230,3	3335,9	3333,8	3193,8
09.02.2024	energia (kcal)	1 888	1 988	2 026	1 846
	białko (g)	81,8	88,6	97,4	78
	tłuszcze ogółem (g)	72,6	76,6	76,9	72,7
		20,7	23,1	23,2	20,7
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	243,3	252,7	252,7	237,7
	sacharoza (g)	38,1	38,1	38,1	37,9
	błonnik (g)	32,4	32,4	32,4	36,1
	sód	2349,5	2425,5	2461,5	2316,2
10.02.2024	energia (kcal)	1 983	2 033	2 155	1 912
	białko (g)	96,7	104	112,3	102
	tłuszcze ogółem (g)	42,7	43,7	74	42,2
		18,2	17,8	18	17,9
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	318,2	322,4	276,8	299,6
	sacharoza (g)	45	43,7	43,7	42,8
	błonnik (g)	27,6	31,2	29,6	34,6
	sód (mg)	1 635,1	1585,3	2 229,8	1546,3
11.02.2024	energia (kcal)	2 046	2 086	2 106	1 892
	białko (g)	98,2	100,8	104	91
	tłuszcze ogółem (g)	72,2	72,4	54,8	68,8
		18,2	24,4	25,1	22
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	266,1	274,7	311,8	245,5
	sacharoza (g)	45	18	18	17,1
	błonnik (g)	26,3	29,6	32,1	33,7
		sód (mg)	2 154,4	2 185,5	2523,5
	energia (kcal)	2 113	2 094	2 120	1 921

12.02.2024	białko (g)	90,5	91,3	106,6	88,5
	tłuszcze ogółem (g)	57,4	58,9	71	57,1
		24,3	18,8	18,5	18,7
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	320,9	313,4	276,9	277,6
	sacharoza (g)	17,5	47,9	47,9	39,9
	błonnik (g)	30,1	33,1	28,6	35,3
sód	2 154,8	2242,3	2401,4	2 100,8	
13.02.2024	energia (kcal)	1 939	2 001	2 151	1 822
	białko (g)	88,6	86,1	103,4	74,3
	tłuszcze ogółem (g)	66,3	66,9	77,5	70,9
		18,8	19,3	20,5	19,2
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	257,8	276,9	272,8	235,3
	sacharoza (g)	55,3	32,6	32,7	31,5
	błonnik (g)	24,6	28,6	26,3	31,6
sód	2179,4	2166,5	3160,3	2128,1	
14.02.2024	energia (kcal)	2 054	2 095	2 117	2 000
	białko (g)	88,5	90,4	100	88,1
	tłuszcze ogółem (g)	76,9	77,5	60,7	77,5
		19,2	26,5	27,8	26,2
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	264,4	272,1	305,2	253,2
	sacharoza (g)	33,6	34,8	34,8	31,3
	błonnik (g)	25,3	26,3	28,7	32,7
sód (mg)	2788	2810,4	4049,7	2751	
15.02.2024	energia (kcal)	2 133	2 093	2 103	1 973
	białko (g)	88,7	89	102,5	84,9
	tłuszcze ogółem (g)	63,2	63,3	71,9	63,3
		26,1	19,5	17,4	29,1
	kwasy tłuszczowe nasycone (g)				
	węglowodany ogółem (g)	315,1	304,4	305,2	281,5
	sacharoza (g)	31,7	39,7	38,7	36
	błonnik (g)	28,7	28,7	27,3	35,6
sód (mg)	3271,3	3584,4	3580,4	34886,1	