

Jadłospis na 17.09-26.09.2026									
Dieta wegańska dla kobiet w ciąży C04									
ŚREDNIA WARTOŚĆ ODŻYWCZA DLA DEKADY									
Energia [kcal]:	2607,3	Białko [g]:		Tłuszcz [g]:		Węglowodany [g]:		Sód [mg]:	Błonnik [g]:
		85,2		94,3		407,4			
		Białko [%E]:		w tym nasycone kwasy tłuszczowe [g]:		w tym cukry [g]:			
Data		Śniadanie, II śniadanie		Obiad		Kolacja		Podw.	
		Białko [%E]:		Tłuszcz [%E]:		Węglowodany [%E]:		Cukry [%E]:	
		13%		33%		54%		7%	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość		Wartość		Wartość		Wartość	
		Wartość							