

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

11 01.2024 czwartek

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 (Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) , rzodkiewka 70	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) twarożek z zielenią 70 g (7) miód 25 jabłko 150 g	Herbata 250 b/z cukru Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) , rzodkiewka 70	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) twarożek z zielenią 70 g , szynka konser. 30 g (7) jabłko 150	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) twarożek z zielenią 70 g (7) , jabłko got 150 g

Obiad

śniadanie 2 cukrzycowe kisiel 200 g

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Zupa szpinakowa z ryżem 300 (1,7, 9) Makaron w sosie bolońskim z warzywami 1,9,3) 400g surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym i słonecznikiem 150 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 (1,7, 9) Makaron w sosie bolońskim z warzywami (1,9,3) 400g , seler gotowana 150 g(9) Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 (1,7, 9) Makaron razowy w sosie bolońskim z warzywami 400g (1,3,9),surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym i słonecznikiem 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa szpinakowa z ryżem 300 (1,7, 9) Makaron w sosie bolońskim z warzywami (1,9,3) 400g seler gotowana 150 g(9) Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 (1,7, 9) Makaron w sosie bolońskim z warzywami 400g(1,9,,3) seler gotowana 150 g(9) Kompot 250 ml

kolacja

podwieczerek cukrzycowy owoc sezonowy

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 ogórek zielony 70 ,	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 Pomidor 70	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) Szynka konserwowa 50 ogórek zielony 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) Szynka konserwowa 70 pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica drobiowa 50 pomidor 70

II kolacja: wafle ryżowe 15 g

Energia : 2281.76 kcal; Białko ogółem: 66.02 g; Tłuszcz: 80.62 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; Witamina C: 92.81 mg; Wapń: 576.17 mg; Sód: 3171.26 mg; Żelazo: 8.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.10 g; Cholesterol: 155.88 mg; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;

Jadłospis Ludwikowo /Poznań

12.01.2024 piątek

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami 250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) ser żółty 50 g(7) marmolada 25 g, pomidor 70 g,	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami 250(71,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) ser topiony 50 (7)marmolada 25 g, pomidor 70 g	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami 250(71,) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) ser żółty 50 g (7) pomidor 70 g	Herbata 250 ml 250 Zupa mleczna z płatkami 250(71,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) ser biały 70 (7)marmolada 25 g, wędlina 30 pomidor 70 g	herbata 250 Zupa mleczna z płatkami 250(71,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) ser biały w kawałku 70(7) , marmolada 25 g pomidor b/z skórki 70

Obiad

śniadanie 2 cukrzycowe budyń b/z cukru

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300(1,7, 9) pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g,(1,3,4) ziemniaki 250, marchew gotowana 150 g kompot 250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300(1,7, 9) pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g,(1,3,4) ziemniaki 250, marchew gotowana 150 g kompot 250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300(1,7, 9) pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g,(1,3,4) ziemniaki 250, marchew gotowana 150 g kompot 250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300(1,7, 9) pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g,(1,3,4) ziemniaki 250, marchew gotowana 150 g kompot 250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300(1,7, 9) pulpet rybny w sosie pomidorowym 100g,(1,3,4) ziemniaki 250, marchew gotowana 150 g kompot 250 ml

kolacja

podwieczerek cukrzycowy - jabłko 1 szt

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Galaretką rybna 100(9,4) g ,cytryna 20 g sałata 30 ,j	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Galaretką rybna 100 g (9,4) ,cytryna 20 g sałata 30 ,	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) Galaretką rybna 100 g(9,4) ,cytryna 20 g sałata 30 ,	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(Galaretką rybna 100 g (9.4) ,cytryna 20 sałata 30 ,	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Galaretką rybna 100 g (9,4) ,cytryna 20 g sałata 30

II kolacja: sałatka jarzynowa 150 g (3,9,10)

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

13. 01.2024 sobota

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówka cienka 70 ,ketchup 20 g(9) papryka 70 ,	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) parówka cienka 80g , ketchup(9) 20 g pomidor 70 ,	Kakao b/z cukru 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) parówka cienka 80g , ketchup (9) papryka 70	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1), parówka cienka 80g , ser top 30 ketchup (9)20 g pomidor 70	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1 parówka cienka drobiowa 80g , ketchup(9) 20 g pomidor 70

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jogurt naturalny 150 ml (7)**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa jarzynowa 300(7,9,1) Łopatka pieczona 130,sos pieczeniowy 150 g (1) ziemniaki 250 g buraczki z jabłkiem i olejem roślinnym 200 Kompot 250 ml,	Zupa jarzynowa300 (1,7, 9)Łopatka gotowana 130, sos chrzanowy- lekki 150 ml g (1,7) ziemniaki 250 g buraczki z jabłkiem 200 Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 (1,7, 9)Łopatka gotowana 130, chrzanowy- lekki 150 g (1,7) ziemniaki 250 g buraczki z jabłkiem 200 ,surówka z białej kapusty 150 g kompot 250 ml b/z cukru ,	Zupa jarzynowa300 (1,7, 9)Łopatka gotowana 130, sos biały 150 g (1,7) ziemniaki 250 g buraczki150 kompot 250 ml	Zupa jarzynowa300 1(,7, 9)Łopatka gotowana 130, sos biały 150 g (1,7) ziemniaki 250 g buraczki200 kompot 250

kolacja **podwieczerek cukrzycowy jabłko 1 szt 150 g**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)szynka domowa 50 , cukinia z ziołami 70	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50 cukinia z ziołami 70	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) ,szynka domowa 50 cukinia z ziołami 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50, twarożek 30, cukinia z ziołami 70	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50 cukinia z ziołami 70

II kolacja: twarożek owocowy 150 g (7)

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

14.01.2024 niedziela

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Kawa mleczna 250 ml (7,1) herbata 250 Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 120 (1) jajko 1 szt (3) papryka 70 g ,	Kawa meczna250 ml(7,1) herbata 250 ml Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 120 g (1) jajko1 sz(3)t jabłko 150	Kawa mleczna250 ml (7,1 Herbata 250 ml Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 120 (1) jajko 1 szt(3) papryka 70 g	Kawa mleczna 250 ml (7,1)Herbata 250 ml Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110 (1) jajko 1 szt (3), jabłko 150	Kawa mleczna 250ml (7,1) Herbata 250 ml Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) pasta z białka jaja (3)70 g jabłko gotowane 1 szt,

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jabłko pieczone 1 szt**

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Pomidorowa z makaronem 300(1,9,7,3) Roladka drobiowa z warzywami 130 g(9), sos naturalny 150 ml g(1,7,) ziemniaki 250, fasolka szparagowa 200 g Kompot 250 ml	Pomidorowa z makaronem 300(1,9,7,3) Roladka drobiowa z warzywami 130 g(9), sos naturalny 150 ml g(1,7,) ziemniaki 250, fasolka szparagowa 200 g Kompot 250 ml	Pomidorowa z makaronem razowym 300(1,9,7,3) Roladka drobiowa z warzywami 130 g(9), sos naturalny 150 ml g(1,7,) ziemniaki 250, fasolka szparagowa 200 g , owoc1 szt kompot 250b/z cukru	Pomidorowa z makaronem 300(1,9,7,3) Roladka drobiowa z warzywami 150 g,(9) sos naturalny 150 ml g(1,7,) ziemniaki 250, fasolka szparagowa 200 gkompot	Pomidorowa z 300(1,9,7,3) Roladka drobiowa z warzywami 130 g(9) , sos mleczny 150 ml g(1,7,) ziemniaki 250, marchewka gotowana 200 g kompot 250

kolacja **podwieczorek cukrzycowy kisiel z tartym jabłkiem**

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka wp. 50 g , , ogórek kiszony 70 g roszponka 30	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50, pomidor 70 g roszponka 30	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50, pomidor 70 g roszponka 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 70, pomidor 70 roszponka 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50, pomidor 70 g b/z skórki roszponka 30

II kolacja :kefir 200g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

15.01.2024 poniedziałek

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogatobiałkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 (1) szynka dr 50 g , ogórek 70 g sałata 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 (1) szynka dr 50 g , pomidor 70 g sałata 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 (1) (szynka dr 50 g) , ogórek 70, sałata 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynka dr 50 g , pomidor 70 g wędlina dr 25 g sałata 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1)7) , p szynka dr 50 g pomidor 70 g b/z skórki, sałata 30

Obiad **śniadanie 2 ;owoc 1 szt(jabłko)**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogatobiałkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Żurek z ziemniakami 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa)(1) ziemniaki 250 ,surówka z kiszonej kapusty o olejem rzepakowym 150 g Kompot 250 ml	Żurek z ziemniakami 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa)(1) kalafior 150 g ziemniaki) 250 , Kompot 250 ml	Żurek z ziemniakami 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa)(1) kalafior 150 ziemniaki 250 surówka z kiszonej kapusty 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Koperkowa z ryżem 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa) Ziemiaki 250() , kalafior 200 g Kompot 250	Zupa koperkowa z ziemniakami 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa) szpinak 150 g ziemniaki 250 , Kompot 250 ml

kolacja **podwieczorek cukrzycowy biszkopty b/z cukru**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogatobiałkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g , owoc sezonowy 150,	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 g owoc sezonowy 150,	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 g owoc sezonowy 150,	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 g wędlina dr 20 jabłko 1 szt	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 g , jabłko gotowane 1 szt,

II KOLACJA : sałatka ryżowa z warzywami 150 g

Energia : 2006.32 kcal; Białko ogółem: 88.78 g; Tłuszcz: 84.97 g; Węglowodany ogółem: 236.63 g; Witamina C: 51.47 mg; Wapń: 602.96 mg; Sód: 3588.33 mg; Żelazo: 9.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.57 g; Cholesterol: 688.35 mg; Błonnik pokarmowy: 16.12 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

16.01.2024 wtorek

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Zupa mleczna z ryżem 300(7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Ser żółty 50 g(7) marmolada 25 papryka 70g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Zupa mleczna z ryżem 300(7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Szynka złocista 50 marmolada 25 jabłko 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Zupa mleczna z ryżem 300(7) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) szynka złocista 50 papryka 70g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Zupa mleczna z ryżem 300(7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynka złocista 70 marmolada 25 jabłko 100-	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Zupa mleczna z ryżem 300(7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynka złocista -drobiowa 50 marmolada 25 , warzywa got 100 g

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe** **jogurt naturalny 150 ml (7)**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa grochowa 300 (1,7,9,3),Pieczeń wieprzowa 130 g sos pieczeniowy150(1) Kasza 200 g(1)buraczki z olejem roślinnym 200 9) Kompot 250 ml	Zupa selerowa z makaronem 300(1,7,9,3)Sztuka mięsa 130 g sos jasny 150(1,7) Kasza 200 g(1) buraczki 200g Kompot 250 ml	Zupa selerowa makaronem razowym 300(1,7,9,3) Sztuka mięsa 130 g sos jasny 150(1,7) Kasza 200 g(1) buraczki 200 jabłko 1 szt 200 Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa selerowa z makaronem 300(1,7,9,3) Sztuka mięsa 130 g sos jasny 150(1,7) Kasza 200 g(1) buraczki 150 Kompot 250 ml	Zupa selerowa z makaronem 300(1,7,9,3) Sztuka mięsa 130 g sos jasny 150(1,7) ziemniaki 250 g buraczki 200 Kompot 250 ml

kolacja **podwieczorek**
cukrzycowy **kisiel**
200 g

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Paszтет drobiowy 70 g ogórek zielony 70,	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) paszтет drobiowy 70 bukiet warzyw 100 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) paszтет drobiowy 70 , ogórek zielony 70,	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) ,paszтет drobiowy 50 wędlina dr 20 bukiet warzyw 100 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) , Polędwica dr 50 bukiet warzyw 100 g

II kolacja Jogurt nat 150 g(7)

Energia : 2641.57 kcal; Białko ogółem: 95.00 g; Tłuszcz: 110.76 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; Witamina C: 82.59 mg; Wapń: 949.45 mg; Sód: 2273.27 mg; Żelazo: 12.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.52 g; Cholesterol: 262.38 mg; Błonnik pokarmowy: 27.60 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

17.01.2024 środa

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) mielonka wieprzowa 50, pasta z selera 70 (9,10,3)	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) szynkowa dr 50 pasta z selera 70(9,10,3)	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) szynkowa dr 50, pasta z selera 70(9,10,3)	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynkowa dr 50 , pasta z selera 70 (9,10,3)	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynkowa dr 50 g, pasta z selera 70 (9,10,3)

Obiad śniadanie 2 cukrzycowe sok warzywny 200 ml

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa kalafiorowa 300 (1,7, 9) (1,3,9) Łazanki z mięsem i kapustą 400 g (1,3,9) owoc 150 g Kompot 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 (1,7, 9) Łazanki z mięsem i warzywami 400 g (1,3,9) owoc 150 g Kompot 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 (1,7, 9) Łazanki(makro n razowy) z mięsem i warzywami 400 g (1,3,9) owoc 1 szt ,Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa kalafiorowa 300 (1,7, 9) Łazanki z mięsem i warzywami 400 g (1,3,9) owoc 150 g Kompot 250 ml	Zupa koperkowa 300 (1,7, 9) Łazanki z mięsem i warzywami 400 g (1,3,9) jabłko got 150 g Kompot 250 ml

kolacja **podwieczerek cukrzycowy mandarynka**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) kiełbasa piwna 50 g pomidor 70 rukola 30	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 g pomidor 70, rukola 30	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 g (7) pomidor 70 , rukola 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 (7), wędlina 30 Pomidor 70 , rukola 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 g) Pomidor 70 b/z skórki , rukola 30

II kolacja : kefir 200ml(7)

Energia : 2425.29 kcal; Białko ogółem: 76.17 g; Tłuszcz: 110.15 g; Węglowodany ogółem: 309.22 g; Witamina C: 89.96 mg; Wapń: 684.18 mg; Sód: 5695.11 mg; Żelazo: 9.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.40 g; Cholesterol: 368.54 mg; Błonnik pokarmowy: 27.90 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

18.01,2024 czwartek

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1)kurczak w galarecie 50(wędlina) ogórek zielony 70 g	Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1 kurczak w galarecie 50(wędlina) pomidor 70,	Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1)kurczak w galarecie 50(wędlina) ogórek zielony 70 g,	Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) kurczak w galarecie 50(wędlina) wędlina 20 pomidor 70,	Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Szynka drobiowa 50 g , pomidor 70,

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9)Kiełbasa z rusztu z cebulką 130, ziemniaki 250,surówka z białej kapusty z soczewicą i olejem roślinnym 150 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300(1,7,9) Pieczeń rzymska 130(1.3)/ sos mleczny 150(1,7), ziemniaki 250, brokuł200 Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300(1,7,9) Pieczeń rzymska 130(1,3)/ sos mleczny 150(1,7) , brokuł200surówka z białej kapusty 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa ziemniaczana 250(1,7,9) Pieczeń rzymska 130(1,3)/ sos mleczny 150(1), ziemniaki 250, brokuł 200 , kompot	Zupa ziemniaczana 300(1,7,9) Pieczeń rzymska(1,3) 130/ sos mleczny 150(1,7), ziemniaki 250, jarzyny z wody 200

kolacja **podwieczorek cukrzycowy manna b/z cukru**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) twarożek z zieleniną 70 g bigos z cukinii 120	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) , twarożek z zieleniną 70 g , , bigos z cukinii 120	Herbata 250 Pieczywo razowe 110(1) Masło 15 twarożek z zieleniną 70 , bigos z cukinii 120 ,	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , szynka Bartnika-drobiowa 20 , twarożek z ziel 70 g bigos z cukinii 120 ,	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) Twarożek z zieleniną 70 , bigos z cukinii – got 120 ,

II kolacja : sok pomidorowy 330 ml

Jadłospis Ludwikowo/Poznań /

19.01.2024 piątek

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Kawa mleczna 250 ml(1,7) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) ser topiony 50 g(7) pomidor 70	Kawa mleczna 250 ml(1,7) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) jajko 1 szt (3) pomidor 70,	Kawa mleczna 250 ml(1,7) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) jajko 1 szt (3) pomidor 70,	Kawa mleczna 250 ml(1,7) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) wędlina dr 50 g jajko 1 szt pomidor 70 ,	Kawa mleczna 250 ml(1,7) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110, wędlina dr 50 g pomidor 70 ,

Obiad śniadanie 2 cukrzycowe kisiel z tartym jabłkiem 200 g

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Zupa jarzynowa 300(1, 9 ,3) Kotlet rybny 130 (1,3,4) (1,3)ziemniaki 250 g , bukiet warzyw 200 g ,Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300(1, 9 ,3) Pulpet rybny (1,3,4) sos cytrynowy 130/150 bukiet warzyw 200 g kompot 250 ml	Zupa jarzynowa razowym 300(1, 9,3) Pulpet rybny (1,3,4) sos cytrynowy 130/150 bukiet warzyw 200 g jabłko 1 szt Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa jarzynowa 300(1, 9,3) Pulpet rybny (1,3,4) sos cytrynowy 130/150 bukiet warzyw 200 g kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300(1, 9,3) Pulpet rybny (1,3,4) sos cytrynowy 130/150 marchew gotowana 200g kompot 250 ml

kolacja

podwieczerek cukrzycowy jogurt nat 1 szt(7)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Szynka domowa 50 , sałatka z buraczka z olejem roślinnym i słonecznikiem 100g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50, sałatka z buraczka z olejem roślinnym i zieleniną 100 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7)szynka domowa 50, sałatka z buraczka z olejem roślinnym i słonecznikiem 100g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7)szynka domowa 50, ser biały 50 g buraczka z olejem roślinnym i zieleniną 100 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50, buraczki 100 g

II kolacja: sałatka ryżowa z siemieniem lnianym 150 g (10,9)

Jadłospis Ludwikowo/Poznań /

20.01.2024 sobota

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogatobiałkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 (1) kiełbasa krakowska 50 g ogórek konserwowy 70 g ,	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Polędwica z koperkiem 50 g dzem 25 ,	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Polędwica z koperkiem 50 g ogórek konserwowy 70 g,	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Polędwica z koperkiem 50 g dzem 25 , twarożek 30	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Polędwica z koperkiem 50 g dzem 25

Obiad

śniadanie 2 cukrzycowe - manna b/z cukru (1,7)

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogatobiałkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa brokułowa 300(1,7, 9) Leczo mięsno-warzywne 300g,(9) Ryż na sypko 200 g Kompot 250 ml	Zupa brokułowa 300(1,7, 9) Leczo mięsno- warzywne 300g(9), Ryż na sypko 200 g Kompot 250 ml	Zupa brokułowa 300(1,7, 9) Leczo mięsno- warzywne 300g,(9) Ryż na sypko 200 g, owoc (gruszka)1 szt kompot b/zcukru250 ml	Zupa brokułowa 300(1,7, 9) Leczo mięsno-warzywne 300g,(9) Ryż na sypko 200 Kompot 250	Zupa szpinakowa z ciastem300(1,7, 9) Leczo mięsno-warzywne 300g, (włoszczyzna(9) Ryż na sypko 200 Kompot 250

kolacja

**podwieczerek
cukrzycowy sok
pomidorowy 200 ml**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogatobiałkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) pasta drobiowo-jarzynowa z warzywami 70 (9) pomidor 70 ,sałata 30	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15 pasta drobiowo-jarzynowa z warzywami 70 (9) pomidor 70 g sałata 30	Herbata b/z cukru 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) pasta drobiowo-jarzynowa z warzywami 70 (9) pomidor 70 g sałata 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 30 pasta drobiowo-jarzynowa z warzywami 70 (9) 70 pomidor 70 g sałata 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) pasta drobiowo-jarzynowa z warzywami 70 (9) pomidor 70 g b/z skórki sałata 30

--	--	--	--	--

II kolacja – jogurt 150 g (7)