

# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

## 1.01.2024 NOWY ROK -PONIEDZIAŁEK

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250 (Kakao 300 (1,7,)) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówka na ciepło 70 g, ketchup 20 g(9) , sałatka z ogórka kiszzonego 100 g	Herbata 250 Kakao 300 (1,7,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówka na ciepło 70g, ketchup 20 g (9) pomidor 70, sałata 30	Herbata 250 b/z cukru Kakao 300 (1,7,) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Parowka na ciepło 70 g, ketchup 20 g (9) sałatka z ogórka kiszzonego 100 g	Herbata 250 Kakao 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Parowka na ciepło 70 g, ketchup 20 g (9) szynka konser. 30 g (7) pomidor 70, sałata 30	Herbata 250 Kakao 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 ( polędwica dr 50 g pomidor 70, sałata 30

### Obiad śniadanie 2 cukrzycowe kisiel

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Rosół z makaronem 300 (, 9) Bitka wieprzowa 130, sos naturalny 150 ml (1,7)g, ziemniaki 250 g, buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml	Rosół z makaronem 300 (, 9) Bitka wieprzowa 130g, sos naturalny 150(1,7), ziemniaki 250 g, buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml	Rosół z makaronem 300 (, 9) Bitka wieprzowa 130g, sos naturalny 150(1,7), ziemniaki 250 g, buraczki gotowane 200 g surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot 250 ml	Rosół z makaronem 300 (, 9) Bitka wieprzowa 130g, sos naturalny 150(1,7), ziemniaki 250 g, buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml	Rosół z makaronem 300 (9) Birka wieprzowa 130g, sos mleczny 150(1,7), g, ziemniaki 250 g, buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml

### kolacja podwieczerek cukrzycowy wafle ryżowe

<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 50 Pomidor 70 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Paszтет 50 Pomidor 70 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) Paszтет 50 Pomidor 70 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) Paszтет 50 Pomidor 70 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) Paszтет 50 Pomidor 70 g

II KOLACJA- jogurt nat 150 ml (7)

Energia : 2123.21 kcal; Białko ogółem: 89.21g; Tłuszcz: 96.44 g; Węglowodany ogółem: 264.98 g; Witamina C: 76.49mg; Wapń: 889.56 mg; Sód: 4025.21 mg; Żelazo: 19.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.23 g; Cholesterol: 432.44 mg; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;

# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

## 2.01.2024 WTOREK

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g , marmolada 25g sałata 30	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g marmolada 25, jabłko 150 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g sałata 30	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g g twarogek 30 marmolada 25 jabłko 150 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Polędwica drobiowa 50 g marmolada 25 jabłko 150 g

**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>
Pomidorowa z ryżem 300 (9,9 ) Pulpet wieprzowy 130g, (1,3)ziemniaki250, marchew gotowana 200 Kompot 250 ml	, Pomidorowa z ryżem (9,9 )300 Pulpet wieprzowy 130(1,3) sos pietruszkowy 150 (1,7)ziemniaki 250 g, marchew gotowana 200 g kompot 250 ml ,	Pomidorowa z ryżem (9 ) 300 Pulpet wieprzowy 130(1,3) ziemniaki 250 g, marchew gotowana grejpfrut1/2 szt kompot 250 ml b/z cukru	Pomidorowa z ryżem 30 (9)300 Pulpet wieprzowy 130(1,3) sos pietruszkowy 150 (1,7)ziemniaki 250 g, marchew got 200 g kompot 250 ml	Pomidorowa z ryżem 300 ( ,9) Pulpet wieprzowy 130(1,3)sos pietruszkowy 150 (1,7) ziemniaki 250 g, marchew got200 g kompot 250 ml

**kolacja** **podwieczorek cukrzycowy budyń (1,7)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) ser topiony 50(7) leczo warzywne 100	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 leczo warzywne 100 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g leczo warzywne 100	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 ,polędwica 30 g leczo warzywne 100	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g jarzyny z wody 100 g

**II kolacja:** Jogurt 150g

Energia : 2437.18 kcal; Białko ogółem: 85.84 g; Tłuszcz: 108.83 g; Węglowodany ogółem: 301.85 g; Witamina C: 102.19 mg; Wapń: 935.95 mg; Sód: 2176.02 mg; Żelazo: 10.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.13 g; Cholesterol: 262.38 mg; Błonnik pokarmowy: 24.29 g;

# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

## 3.01.2024 środa

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) pasztet 50 g ogórek kiszony 70 g ,	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) pasztet 50 g pomidor 70 ,	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) pasztet 50 g ogórek kiszony 70,	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) pasztet 50 g twarożek 30 pomidor 70	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1 pasztet 50 g ) pomidor 70 b/z skórki

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

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa żurek 300(1,7,9 ) Wątróbka z cebulką 130 g(1) ziemniaki 250 , kapusta kiszona gotowana 200 g  Kompot 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9) Parówka w sosie pomidorowym 130/150(1,7), ziemniaki 250, bukiet z warzyw 200 g Kompot 250 ml	Zupa żurek 300(1,7,9 ) Parówka w sosie pomidorowym 130/150(1,7), ziemniaki 250, bukiet z warzyw 200, kapusta kiszona gotowana 200 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9) Parówka w sosie pomidorowym 130/150(1,7), ziemniaki 250, bukiet z warzyw 200  Kompot 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9) Parówka w sosie pomidorowym 130/150(1,7), ziemniaki 250, jarzyny z wody (9) 200  Kompot 250 ml

**kolacja**                                      **podwieczerek**  
**cukrzycowy manna**  
**b/z cukru (1,7)**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) kiełbasa krakowska 50 papryka konserwowa 70 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 g , marmolada 25, bukiet warzyw z ziołami 70	Herbata 250 Pieczywo razowe 110(1) Masło 15g kiełbasa krakowska dr 50 g papryka konserwowa 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 70 g marmolada 25, bukiet warzyw z ziołami 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 marmolada 25, sałata 30 jarzyny z ziołami 70

**II kolacja:** twarożek z zielenią 100 g (7)

Energia : 2229.54 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 88.89 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; Witamina C: 53.13 mg; Wapń: 682.15 mg; Sód: 3675.56 mg; Żelazo: 15.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 432.44 mg; Błonnik pokarmowy: 18.41 g;

# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

## 4.01.2024 czwartek

<b><i>Dieta podstawowa</i></b>	<b><i>Dieta łatwostrawna</i></b>	<b><i>Dieta cukrzycowa</i></b>	<b><i>Dieta bogatobiałkowa</i></b>	<b><i>Dieta wątrobowa</i></b>
Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Kiełbasa śląska 70 g, ketchup 20 (9) sałata z pomidorem i siemieniem lnianym 100	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówki drobiowe na ciepło 70, ketchup 20(9) sałata z pomidorem i zieleniną 100	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) kiełbasa śląska ciepło 70, ketchup 20(9) sałata z pomidorem i siemieniem lnianym 100	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Parówki na ciepło 70, ketchup 20(9) dżem 25 g twarożek 30 sałata z pomidorem i zieleniną 100	Zupa mleczna z ryżem 300 (7, ) Kawa mleczna 250 herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Parówki drobiowe na ciepło 70, ketchup 20 (9) sałata z pomidorem i zieleniną 100

**Obiad** **śniadanie 2 cukrzycowe** **kisiel z tartym jabłkiem 200 g**

<b><i>Dieta podstawowa</i></b>	<b><i>Dieta łatwostrawna</i></b>	<b><i>Dieta cukrzycowa</i></b>	<b><i>Dieta bogatobiałkowa</i></b>	<b><i>Dieta wątrobowa</i></b>
Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Schab panierowany 130g (1,3) ziemniaki 250 g, kalafior z bułką tartą 200 g Kompot 250 ml	Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Schab duszony, sos własny 130/150 (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200 Kompot 250 ml	Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Schab duszony 130 w sosie własnym 150 (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200 kalafior z bułką tartą 200 g  Kompot 250 ml b/z cukru	Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Schab duszony 130 w sosie własnym 150 (1,7)  ziemniaki 250 g, szpinak 200  kompot 250 ml	ko Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Schab gotowane 130 sos mleczny 150ml (1,7)  ziemniaki 250 g, szpinak 200 kompot 250

**kolacja** **podwieczerek cukrzycowy kefir (7)**

<b><i>Dieta podstawowa</i></b>	<b><i>Dieta łatwostrawna</i></b>	<b><i>Dieta cukrzycowa</i></b>	<b><i>Dieta bogatobiałkowa</i></b>	<b><i>Dieta wątrobowa</i></b>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka drobiowa 50, sałatka z buraczką z olejem i słonecznikiem 100 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50 sałatka z buraczką z zieleniną 100g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7), szynka drobiowa 50 sałatka z buraczką z olejem i słonecznikiem 100 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7), Szynka drobiowa 50 połędwica wp 30 sałatka z buraczką z zieleniną 100g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka drobiowa 50 sałatka z buraczką z zieleniną 100g

**II kolacja:** jogurt nat 150 ml (7)

Wartości odżywcze: Energia : 2248.07 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 116.52 g; Węglowodany ogółem: 233.04 g; Witamina C: 126.42 mg; Wapń: 549.31 mg; Sód: 3481.88 mg; Żelazo: 9.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.25 g; Cholesterol: 336.56 mg; Błonnik pokarmowy: 17.79 g;

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 5.01.2024 piątek

<i><b>Dieta podstawowa</b></i>	<i><b>Dieta łatwo strawna</b></i>	<i><b>Dieta cukrzycowa</b></i>	<i><b>Dieta bogato-białkowa</b></i>	<i><b>Dieta wątrobowa</b></i>
Zupa mleczna z mianą300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) jajko 1 szt,(3) pomidor 50 , rzodkiewka 30 g	Zupa mleczna z mianą300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) jajko 1 szt, (3)pomidor 70 g ,roszpunka 30 marmolada 25	Zupa mleczna mianą 300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 jajko 1 szt, (3)pomidor 70 g ,roszpunka 30 rzodkiewka 30	Zupa mleczna z mianą300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1)jajko 1 szt, (3)pomidor70g ,roszpunka 30 70(7)wędlina 20 g marmolada 25	Zupa mleczna z mianą 300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) pasta z białka 70 g (1) (3)pomidor 70g ,roszpunka 30 70(7)marmolada 25

**Obiad**

**śniadanie 2 cukrzycowe**

**biszkopty b/z cukrowe 30 g (1,3,7)**

<i><b>Dieta podstawowa</b></i>	<i><b>Dieta łatwo strawna</b></i>	<i><b>Dieta cukrzycowa</b></i>	<i><b>Dieta bogato-białkowa</b></i>	<i><b>Dieta wątrobowa</b></i>
Zupa jarzynowa 300 (1,7,9) Gzik ze szczypiorkiem 150 (7) ziemniaki 250 g  kompot 250 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9) Gzik 150,(7) ziemniaki 250 g  Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9) Gzik 150,(7) ziemniaki 250 g kompot b/z cukru	Zupa jarzynowa (1,7,9) Gzik 150,(7) ziemniaki 250 g kompot 250 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9) Gzik 150,(7) ziemniaki 250 g  Kompot 250 ml

**kolacja**

**podwieczorek cukrzycowy kefir 150 (7)**

<i><b>Dieta podstawowa</b></i>	<i><b>Dieta łatwo strawna</b></i>	<i><b>Dieta cukrzycowa</b></i>	<i><b>Dieta bogato-białkowa</b></i>	<i><b>Dieta wątrobowa</b></i>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) ser żółty 50 (4,9)g , pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) ser żółty 50 (4,9)g , pomidor 70	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) ser żółty 50 20 , pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) ser żółty 50 , pomidor 70 Wędlina 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) ser żółty 50 , pomidor 70 b/z skórki

**II kolacja sok pomidorowy 200ml**

Wartości odżywcze: Energia : 1979.71 kcal; Białko ogółem: 77.29 g; Tłuszcz: 105.77 g; Węglowodany ogółem: 194.56 g; Witamina C: 129.79 mg; Wapń: 874.31 mg; Sód: 6592.55 mg; Żelazo: 7.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.21 g; Cholesterol: 489.51 mg; Błonnik pokarmowy: 14.51 g;

# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

## 6.01.2024 sobota

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110g (1) pasztet 50 marmolada 25 g ,	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110g (1 ) szynka drobiowa 50 g dżem 25g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 szynka drobiowa 50 g Sałatka z ogórka kiszzonego 50 g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110g (1 ) szynka drobiowa 50 g szynka dr 20 g dżem 25g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110 g(1) szynka drobiowa 50 g dżem 25 g

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

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9 ) Klopsik 130 (1,7,3) sos pomidorowy 150 ml (1,7) surówka z modrej kapusty z olejem roślinnym 150 Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9 ) Klopsik 130 (1,7,3) sos pomidorowy 150 ml(1,7)ziemniaki 250 g, szpinak 200 g  kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9 ) Klopsik 130 (1,7,3) sos pomidorowy 150 ml(1,7)szpinak 200 surówka z modrej kapusty z olejem roślinnym 150 g Kompot b/z cukru	Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9 Klopsik 130 (1,7,3) sos pomidorowy 150 ml(1,7)ziemniaki 250 g, szpinak 200 g  kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9 ) Klopsik 130 (1,7,3) sos pomidorowy 150 ml(1,7)ziemniaki i 250 g, szpinak 200 g  kompot 250 ml

**kolacja**

**podwieczorek**  
**cukrzycowy manna**  
**b /z cukru(1,7)**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g (7) , papryka 70, sałata 30	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) twarożek z zielenią 70 g (7) pomidor 70sałata 30	Herbata 250 Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g (7) , papryka 70, sałata 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) twarożek z zielenią 70 g (7) pomidor 70sałata 30 wędlna 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) twarożek z zielenią 70 g (7) pomidor 70sałata 30

**II kolacja** :sałatka jarzynowa 150 g Wartości odżywcze: Energia : 2025.58 kcal; Białko ogółem: 78.31 g; Tłuszcz: 97.77 g; Węglowodany ogółem: 205.78 g; Witamina C: 135.87 mg; Wapń: 768.31 mg; Sód: 4078.55 mg; Żelazo: 8.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.21 g; Cholesterol: 324.69 mg; Błonnik pokarmowy: 18.94 g;

# Jadłospis Ludwikowo /Poznań

## 7.01.2024 niedziela

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 70 (3) pomidor 70, roszonek 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) pasta jajeczna z zieleniną 70 g pomidor 70, roszonek 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 70 (3 pomidor 70, roszonek 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) pomidor 70, roszonek 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) pasta z białka jaja z zieleniną 70 g pomidor 70, roszonek 30 g

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

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa pieczarkowa z makaronem 300 (1, 3,9 ) Gulasz wieprzowy 130 /150 )sos k naturalny (1), surówka z kapusty pekińskiej z soczewicą 150 g ziemniaki 250, Kompot 250 ml	Zupa dyniowa z makaronem 300 (1,3,9 )Gulasz wieprzowy 130 /150 )sos koperkowy (1,7) ziemniaki 250, brokuł 200 g ,kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 300 (1,7, 9 ) Gulasz wieprzowy 130 /150 )sos k naturalny (1), surówka z kapusty pekińskiej z soczewicą 150 g ziemniaki 250, brokuł 200g 1szt, kompot 250ml b/ cukru	Zupa dyniowa z makaronem 300 (1,93) Gulasz z żółdków dr 100/150 sos (1,7) ziemniaki 250 , brokuł 200 g kompot 250ml	Zupa dyniowa z makaronem 300 (1,3,9 ) Gulasz z żółdków dr 100/150 sos mleczny (1,7) ziemniaki 250 sałata z jogurtem 150 g ,kompot 250ml

**kolacja** **podwieczorek cukrzycowy budyń b/z cukru (1,7)**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) papryka konserwowa 70 g Ser żółty 50 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica z koperkiem 50 g sałata 30	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) papryka konserwowa 70 g Ser żółty 50	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica z koperkiem 50 pomidor 70 , sałata 30 szynka dr 20 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica z koperkiem 50 g ,sałata 30

**II kolacja:** sok warzywny 200ml

Wartości odżywcze: Energia : 2323.73 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 91.14 g; Węglowodany ogółem: 243.1 g; Witamina C: 58.29 mg; Wapń: 823.59 mg; Sód: 2348.21 mg; Żelazo: 7.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.98 g; Cholesterol: 427.45 mg; Błonnik pokarmowy: 21.32 g;

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 8.01.2024 poniedziałek

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110g (1)pasztetowa 50 g, ogórek konserwowy 70g ,sałata 30	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (1) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110g (1) polędwica dr 50 Jabłko 150 g	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) polędwica dr 50 ogórek konserwowy 70g ,sałata 30	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110g (1) g polędwica dr 50 , wędlina wp 20 g, jabłko 150 g	Kawa mleczna 250 (7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110 g (1) polędwica dr 50 Jabłko got 150 g

**Obiad** **śniadanie 2 cukrzycowe - budyń b/z cukru(1,7)**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130g sos naturalny 150ml (1,7) ziemniaki 250 , surówka z białej kapusty z olejem roślinnym 150 g Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130g sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g marchewka gotowana 200 g ) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130, sos biały 150 ml(1,7) ziemniaki 250 g surówka z białej kapusty z olejem roślinnym 150 g ,jabłko 150 g  kompot 250 ml b/z cukru	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130, sos biały 150 ml1, 7) ziemniaki 250 g marchewka 200g  Kompot 250	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130, sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g marchewka gotowana 200 g  Kompot 250 ml

**kolacja** **podwieczorek cukrzycowy owoc**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Herbata 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7) szynka drobiowa 50 , pomidor 70	Herbata 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7) , szynka drobiowa pomidor 70	Herbata b/z cukru 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7) , szynka drobiowa pomidor 70	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 110g(1) Masło 15(g7) Dżem 25 g , szynka drobiowa 70 sałata 30 g pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110g(1) Masło 15g(7) szynka drobiowa 50g pomidor 70

**II kolacja : twarożek owocowy 100**



Wartości odżywcze: Energia : 1848.94 kcal; Białko ogółem: 74.82 g; Tłuszcz: 81.05 g; Węglowodany ogółem: 218.31 g; Witamina C: 68.67 mg; Wapń: 575.84 mg; Sód: 3836.90 mg; Żelazo: 9.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.00 g; Cholesterol: 286.56 mg; Błonnik pokarmowy: 14.24 g;

## Jadłospis Ludwikowo /Poznań

### 9.01.2024 wtorek

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Szynka domowa 50 g rukola30, pasta z soczewicy 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Szynka domowa 50 sałatka z pomidora i rukoli 100g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1 ) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Szynka domowa 50 rukola 30 pasta z soczewicy 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Szynka domowa 50 sałatka z pomidora i rukoli 100g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1 ) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) ) Szynka domowa 50 sałatka z pomidora b/z skórki i rukoli 100g

**Obiad** **śniadanie 2 cukrzycowe sok pomidorowy 150**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Barszcz czerwony z makaronem 300 (1,7, 9,3) Kurczak pieczony 130 g Ziemniaki 250 g, surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 150 g kompot 250 ml	Barszcz czerwony z makaronem 300 (1,7, 9 ,3 Kurczak gotowany 130( sos pietruszkowy150(1,7) Ziemniaki250 g, surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 150 g .kompot 250	, Barszcz czerwony z makaronem razowym 300 (1,7, 9,3 ) Kurczak gotowany 130( sos pietruszkowy150(1,7) ziemniaki 250surówka z marchwi i jabłka z oleje m roślinnym 150 g brokuł 200 g kompot 250ml b/ cukru	Barszcz czerwony z makaronem 300 (1,7, 9 Kurczak gotowany 130( sos pietruszkowy150 (1,7) ziemniaki 250g, surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot 250ml	Barszcz czerwony z makaronem 300 (1,7, 9 Kurczak gotowany 130( sos pietruszkowy150( 1,7) Ziemniaki250, seler gotowana 200 g ,kompot 250ml

**kolacja** **podwieczerek cukrzycowy jabłko 1 szt**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) sałatka z selera 100 g Polędwica z warzywami 50 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)polędwica z warzywami 50 g sałatka z selera 100 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) Polędwica z warzywami 50 g sałatka z selera 100 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica z warzywami 50 g szynka dr 20 g sałatka z selera 100 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica drobiowa 50 g marmolada 25pomidor 100 g

