

# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

**1.02.2024 czwartek**

<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 ( 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) 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 konserwowa. 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**

<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 ) Makaron w sosie bolońskim z warzywami 1,9,3) 400g surówka z kapust pekińskiej z olejem rzepakowym i słonecznikiem 150 g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 (1,7, 9 ) Makaron w sosie bolońskim z warzywami (1,9,3) 400g , seler gotowana 150 g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 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 , jabłko 1 szt Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa jarzynowa 300 (1,7, 9 ) Makaron w sosie bolońskim z warzywami (1,9,3) 400g seler gotowana 150 g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 (1,7, 9 ) Makaron w sosie bolońskim z warzywami 400g(1,9,,3) seler gotowana 150 g Kompot 250 ml 250 ml

**kolacja**

**podwieczerek pomarańcza 1 szt**

<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) szynka konserwowa 50 ogórek kiszony 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 kiszony 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 : 2251.11 kcal; Białko ogółem: 69.58 g; Tłuszcz: 75.28 g; Węglowodany ogółem: 343.71 g; Witamina C: 125.58 mg; Wapń: 695.45 mg; Sód: 6256.35 mg; Żelazo: 8.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.26 g; Cholesterol: 221.69 mg; Błonnik pokarmowy: 22.66 g

# Jadłospis Ludwikowo /Poznań

**2.02.2024 piątek**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami 250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) ser żółty 50 g 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 (3)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 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 , marmolada 25 g pomidor b/z skórki 70 g

**Obiad**

**śniadanie 2 cukrzycowe budyń b/z cukru**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa krupnik 300(1,7 9 ) Gzik ze szczypiorkiem 150 g(7) ziemniaki 250, marchew got 200 g  Kompot 250 ml	Krupnik 300 (1,9 ) Gzik z zielenią 150 g (7) ziemniaki 250 g marchew got 200 g ,kompot 250	Krupnik 300 (1,9 ) Gzik z zielenią 150g (7) ziemniaki 250 g marchew got 200 g kompot 250 b/z cukru	Krupnik 300 (1,9 )Gzik 200g (7) ziemniaki 250 g marchew got 200 g  kompot 250	Krupnik 300 (1,9 ) Gzik z zielenią 150 g (7) ziemniaki 250 g marchew got 200 g ,kompot 250

**kolacja**

**podwieczerek cukrzycowy - 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>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Galaretki rybna 100(9,4) g ,cytryna 20 g,jabłko 100 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Galaretki rybna 100 g (9,4) ,cytryna 20 g,jabłko 100 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) Galaretki rybna 100 g(9,4) ,cytryna 20 g,jabłko 100 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(Galaretki rybna 100 g (9.4) ,cytryna 20 ,jabłko 100 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Galaretki rybna 100 g (9,4) ,cytryna 20 g,jabłko got 100 g

**II kolacja: jog naturalny 150**

Energia : 2028.10 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 90.18 g; Węglowodany ogółem: 246.85 g; Witamina C: 79.45 mg; Wapń: 1191.20 mg; Sód: 7666.32 mg; Żelazo: 9.10 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.05 g; Cholesterol: 147.26 mg; Błonnik pokarmowy: 29.40 g

# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

## 3.02.2024 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 z olejem rzepakowym 200 Kompot 250 ml,	Zupa jarzynowa300 (,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 (,7, 9) Łopatka gotowana 130, chrzanowy- lekki 150 g (1,7) ziemniaki 250 g buraczki z jabłkiem 200 ,surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 150 g  kompot 250 ml b/z cukru ,	Zupa jarzynowa300 (,7, 9) Łopatka gotowana 130, sos biały 150 g (1,7) ziemniaki 250 g buraczki150 kompot 250 ml	Zupa jarzynowa300 (,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 , sałata 30 g cukinia z ziołami 70	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50 sałata 30 , cukinia z ziołami 70	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) ,szynka domowa 50 sałata 30 , cukinia z ziołami 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50, twarożek 30 sałata 30 , cukinia z ziołami 70	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50 sałata 30 , cukinia z ziołami 70

**II kolacja: twarożek owocowy 150 g**

Energia : 2027.89 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 69.28 g; Węglowodany ogółem: 241.56 g; Witamina C: 134.32 mg; Wapń: 989.85 mg; Sód: 4567.12 mg; Żelazo: 12.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.68 g; Cholesterol: 415.89 mg; Błonnik pokarmowy: 32.66 g



Jadłospis Ludwikowo/Poznań

**5.02.2024 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 (1,3) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 (1) krakowska dr 50 g , ogórek 70 g rukola 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 300 (1,3) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 (1) krakowska dr 50 g , pomidor 70 g rukola 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 300 (1,3) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 (1) (krakowska dr 50 g ) , ogórek 70, rukola 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 300 (1,3) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1)7), ,p krakowska dr 50 g , pomidor 70 g wędlina dr 25 g rukola 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 300 (1,3) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1)7), ,p krakowska dr 50 g pomidor 70 g b/z skórki, rukola 30

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

<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) Ziemniaki 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 biskwopty 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, sałata 30	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 g owoc sezonowy 150, sałata 30	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 g owoc sezonowy 150, sałata 30	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, sałata 30

**II KOLACJA : sałatka ryżowa z warzywami 150 g**

Energia : 2132.29 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 82.35 g; Węglowodany ogółem: 269.36 g; Witamina C: 133.87 mg; Wapń: 819.14 mg; Sód: 3280.27 mg; Żelazo: 12.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.62 g; Cholesterol: 716.61 mg; Błonnik pokarmowy: 27.14 g



# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

## 7.02.2024 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 ryżem 300 (,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) mielonka wieprzowa 50, pasta z selera 70	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z z ryżem 300 (,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) szynkowa dr 50 pasta z selera 70	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z ryżem 300 (,7) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) szynkowa dr 50, pasta z selera 70	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z ryżem 300 (,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynkowa dr 50 pasta z selera 70	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z ryżem 300 (,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynkowa dr 50 g, pasta z selera 70

**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 KIWI 1 SZT

<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	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 g pomidor 70	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 g (7) pomidor 70 ,	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 (7), wędlina 30 Pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 g ) Pomidor 70 b/z skórki

**II kolacja** :kefir 200ml

Energia : 2278.56 kcal; Białko ogółem: 85.29 g; Tłuszcz: 97.47 g; Węglowodany ogółem: 298.25 g; Witamina C: 109.03 mg; Wapń: 846.46 mg; Sód: 5965.47 mg; Żelazo: 11.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.81 g; Cholesterol: 343.70 mg; Błonnik pokarmowy: 34.55 g

# Jadłospis Ludwikowo /Poznań

## 8.02.2024 czwartek

<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

**II kolacja:** jogurt nat 150 g

Energia : 2031.76 kcal; Białko ogółem: 106.81 g; Tłuszcz: 69.28 g; Węglowodany ogółem: 275.90 g; Witamina C: 220.32 mg; Wapń: 1021.85 mg; Sód: 11603.12 mg; Żelazo: 12.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.68 g; Cholesterol: 415.89 mg; Błonnik pokarmowy: 32.66 g



# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

## 9.02.2024 piątek

<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) ser żółty 50 g (7) papryka 70,	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) twarożek z zieleniną 70 (7) pomidor 70	Kakao b/z cukru 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) twarożek z zieleniną 70 (7) papryka 70	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1), szynkowa 50 g, twarożek z zieleniną 70 (7) pomidor 70	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1 g p twarożek z zieleniną 70 (7) 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) Ryba smażona 130 g (3,4) ziemniaki 250 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 150 g Kompot 250 ml,	Zupa jarzynowa 300 (,7, 9) Ryba duszona na parze 130 g (4,) sos cytrynowy 150 ml (1,7) fasolka szparagowa 200 g ,ziemniaki 250 g  Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 (,7, 9) g (1) Ryba duszona na parze 130 g (4,) sos cytrynowy 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200 g, Surówka z kiszanej kapusty rzepakowym 150 g kompot 250 ml b/z cukru ,	Zupa jarzynowa 300 (1,7, 9) Ryba duszona na parze 130 g (4,) sos cytrynowy 150 ml (1,7) fasolka szparagowa 200 g ,ziemniaki 250 g kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 (1,7, 9) Ryba duszona na parze 130 g (4,) sos cytrynowy 150 ml (1,7) g ,ziemniaki 250 g seler gotowana 200 kompot 250

**kolacja** podwieczorek 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 , dżem 25 pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50, dżem 25 jabłko 150	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) ,szynka domowa 50 , pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50 jajko 1 szt,	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50 , dżem 25g jabłko 150 g

**II kolacja:** sok pomidorowy

Energia : 2036.55 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 104.31 g; Węglowodany ogółem: 219.47 g; Witamina C: 216.84 mg; Wapń: 816.03 mg; Sód: 7862.80 mg; Żelazo: 12.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.72 g; Cholesterol: 238.34 mg; Błonnik pokarmowy: 32.92 g

