Jadłospis Ludwikowo /Poznań

21.12.2023 czwartek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogatobiałkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z manną250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówka cienka grzana 80g , ketchup 20 g (7) pomidor 70,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z manną 250(71,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówka cienka grzana 80g , ketchup 20 g , pomidor 70,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z manną250(71,) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Parówka cienka grzana 80g , ketchup 20 g pomidor 70	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z manną250(71,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Parówka cienka grzana 80g , ketchup 20 g pomidor 70,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z manną 250(71,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Parówka cienka-drobiowa grzana 80g , ketchup 20 g pomidor b/z skórki 70,

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe owoc 1 szt**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa pomidorowa z ryżem 300bl (1,7, 9) Roladka drobiowa z kaszą i ogórkiem 130g,sos naturalny100 ml (1,7,3), ziemniaki250g buraczki 150g,Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml(1,7,9) Roladka drobiowa z kaszą i warzywami 130g,sos naturalny100ml, (1,7,3)ziemniaki250g buraczki 150g, ,kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml(1,7,9) Roladka drobiowa z kaszą i warzywami 130g,sos naturalny100ml, (1,7,3) ziemniaki250g buraczki 150g, ,kompot 250ml b/ cukru	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml(1,7,9) Roladka drobiowa z kaszą i warzywami 130g,sos naturalny100ml, (1,7,3) ziemniaki250g buraczki 150g, ,kompot 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml(1,7,9) Roladka drobiowa z kaszą i warzywami 130g-(gotowana),sos mleczny 100ml,(1,7,3) ziemniaki250g buraczki 150g, ,kompot 250ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy KISIEL***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Ser biały w kawałku 70 g (7) szynka z papryka 50 , roszponka 20	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Ser biały w kawałku 70 g (7) szynka z papryka 50, roszponka 20	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) Ser biały w kawałku 70 g (7) szynka z papryka 50 roszponka 20	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) biały w kawałku 70 g (7) miód 25, polędwica dr 20 g szynka z papryka 50 roszponka 20	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) biały w kawałku 70 g (7) miód 25 szynka z papryka 50 roszponka 20

II kolacja jogurt naturalny

Energia : 1948.27 kcal; Białko ogółem: 60.10 g; Tłuszcz: 94.59 g; Węglowodany ogółem: 228.30 g; Witamina C: 51.09 mg; Wapń: 642.15 mg; Sód: 4826.88 mg; Żelazo: 7.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.80 g; Cholesterol: 272.80 mg; Błonnik pokarmowy: 14.37 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

22.10.2023 piątek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa mleczna z zacierką 300 (7,3,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) paprykarz szczeciński70 g, ,ogórek konserwowy 70 g,	Zupa mleczna z zacierką 300 (7,3,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) jajko 1 szt pomidor 70 g,	Zupa mleczna zacierką 300 (7.3,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 (1)paprykarz szczeciński70 g, , ogórek konserwowy 70	Zupa mleczna z zacierką 300 (7,3,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) jajko 1 szt twarożek 30 (7) pomidor 70	Zupa mleczna z zacierką 300 (7,3,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) pasta z białka z zieleniną 70 g (3) pomidor

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe** **biszkopty b/z cukrowe 30 g (1,3,7)**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300(1,7, 9) pulpet rybny 100g,(1,3,4) ziemniaki 250, surówka z kiszonej kapusty 150 g kompot 250 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami(1,7, 9) pulpet rybny 100 g, (1,3,4)sos cytrynowy 150,(1,7) ziemniaki250, szpinak 200g ,kompot 250	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (1,7, 9 pulpet rybny 100 g(1,3,4), sos cytrynowy 150(1,7) , ziemniaki250, szpinak 200g surówka z kiszonej kapusty 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa barszcz czerwony 300z pulpet rybny 400 g (1,3,7) kompot 250	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 (1,7, 9) pulpet rybny 100 g, sos cytrynowy 150, ziemniaki250, szpinak 200g (1,7) kompot 250

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy kefir 150 (7)***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Ser żółty 70 g (7) rzodkiewka 70 , pomidor 30	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 pomidor 70, sałata 30	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) , polędwica dr 50 rzodkiewka 70pomidor 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 30(7),wędlina 30 pomidor 70 sałata 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 pomidor 70 b/z skórki , sałata 30

II kolacja sok pomidorowy 1 szt

Energia : 1991.51 kcal; Białko ogółem: 81.20 g; Tłuszcz: 71.73 g; Węglowodany ogółem: 275.49 g; Witamina C: 130.79 mg; Wapń: 914.54 mg; Sód: 7109.40 mg; Żelazo: 9.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.45 g; Cholesterol: 328.92 mg; Błonnik pokarmowy: 22.61 g;

23. 12.2023 sobota

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogatobiałkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z makaronem płatkami300 ml (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 (1) polędwica drobiowa 50 g ogórek kiszony 70g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami300ml (7,1) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110g (1)polędwica drobiowa 50 g pomidor 70 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) polędwica drobiowa 50 g pomidor 70 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110g (1) g polędwica drobiowa 50 g pomidor 70gtwarożek 30 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (7,1) Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110 g (1) polędwica drobiowa 50 g pomidor 70 g b/z skórki

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa kapuśniak 300ml (1,7, 9)Pieczeń rzymska 130 g (1,3) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200g Kompot 250 ml	Rosolnik z kaszką 300 ml (1,7, 9)Pieczeń rzymska 130 g (1,3) sos koperkowy100(1) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200 Kompot 250 ml	Rosolnik z kaszką 300 ml (1,7, 9)Pieczeń rzymska 130 g (1,3) sos koperkowy100(1) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200 Kompot 250 ml b/z cukru	Rosolnik z kaszką 300 ml (1,7, 9)Pieczeń rzymska 130 g (1,3) sos koperkowy100(1) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200 g Kompot 250 ml	Rosolnik z kaszką 300 ml (1,7, 9)Pieczeń rzymska 130 g (1,3) sos koperkowy100(1) ziemniaki 250 g jarzyny z wody 200 g Kompot 250 ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy owoc 1 szt***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7) polędwica z warzywami 50 g(4) pomidor 70, sałata 30	Herbata 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7 polędwica z warzywami50 g pomidor 70, sałata 30	Herbata b/z cukru 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7) polędwica z warzywami50 g pomidor 70, sałata 30	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 110g(1) Masło 15(g7) polędwica z warzywami 50 g pomidor 70, sałata 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110g(1) Masło 15g(7) Polędwica drobiowa 50g pomidor b/ 70, sałata 30

II kolacja kefir 200 ml Jadłospis Ludwikowo/Poznań

Energia : 2121.41 kcal; Białko ogółem: 75.35 g; Tłuszcz: 81.23 g; Węglowodany ogółem: 291.51 g; Witamina C: 265.81 mg; Wapń: 721.61 mg; Sód: 2345.41 mg; Żelazo: 7.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.48 g; Cholesterol: 245.61 mg; Błonnik pokarmowy: 23.91 g;

24.12.2023 niedziela wigilia

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250ml (Zupa mleczna z zacierką 300ml (1,7,3) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110 g(1) twarożek z zieleniną 80g(7) papryka 70 ,	Herbata 250ml (Zupa mleczna z zacierką 300ml (1,7,3) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110 g(1) twarożek z zieleniną 80g(7) , pomidor 70	Herbata 250ml b/z cukru Zupa mleczna z zacierką 300 ml(1,7,3) Masło 15g (7) Pieczywo razowe 110 g(1) twarożek z zieleniną 80g(7) pomidor 70	Herbata 250ml (Zupa mleczna z zacierką 300ml (1,7,3) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110 g(1) twarożek z zieleniną 80g(7) , pomidor 70	Herbata 250 Zupa mleczna z zacierką 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) twarożek z zieleniną 80g(7) , pomidor 70

Obiad śniadanie 2 cukrzycowe biszkopty b/z cukrowe

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa jarzynowa 300 ml (1,7, 9) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (1,7, 9) Ryż musem jabłkowym 300g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (1,7, 9) Ryż z jabłkiem 300g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (1,7, 9) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (1,7, 9) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250 ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy kefir***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7)Barszcz czysty250 ml(9), Ryba pieczona w sosie greckim 100/100 (1,9,4)g(4) kapusta z grzybami 100g, śledź w oleju 80 g(4) ,ciasto 50 g	Herbata 250ml Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Barszcz czysty250 ml,(9) Ryba pieczona w sosie greckim 100/100 g(4,9,1 , sałatka jarzynowa 100g,(3,9,10) galarcik rybny z cytryną 60g (7)g ciasto 50 g	Herbata 250ml b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7 Barszcz czysty250 ml,(9) Ryba smażona 100 g, sos grecki 100g, (9,4,1) sałatka jarzynowa 100g, ,(3,9,10) galarcik rybny z cytryną 60 g (4)	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 110g(1) Masło 15g (7) Barszcz czysty250 (9)ml, , Ryba pieczona w sosie greckim 100/100 g sałatka jarzynowa 100g, ,(3,9,10) galarcik rybny z cytryną 60 g ciasto 50 g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 110g(1) Masło 15g(7) Barszcz czysty250 ml, (9) Ryba pieczona w sosie greckim 100/100 g sałatka jarzynowa 100g, ,(3,9,) galarcik rybny z cytryną 60 g (4) ciasto 50 g

		kiwi 1 szt		

Ii kolacja : wafle ryżowe

Energia : 2341.54 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 81.69 g; Węglowodany ogółem: 299.56 g; Witamina C: 187.81 mg; Wapń: 1025.49 mg; Sód: 3209.67 mg; Żelazo: 10.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.59 g; Cholesterol: 288.92 mg; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

25.12.2023 poniedziałek Boże Narodzenie

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogatobiałkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kakao 250 ml (7,1) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 120 (1) Kiełbasa biała 80 g ,ketchup 20, ogonówka20, mandarynka 1 szt	Kakao250 ml(7,1) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 120 Kiełbasa biała 80 g ,ketchup 20, ogonówka20, mandarynka 1 szt	Kakao250 ml (7,1)b/z cukru Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 120 (1) Kiełbasa biała 80 g ,ketchup 20, ogonówka20, mandarynka 1 szt	Kakao 250 ml (7,1) Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Kiełbasa biała 80 g ,ketchup 20, ogonówka20, mandarynka 1 szt	Kawa mleczna 250ml (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Kiełbasa biała 80 g ,ketchup 20, szynka 20 g mandarynka 1 szt

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Rosół z makaronem 300(1,9,3) Kotlet schabowy panierowany 130,(1,3)ziemniaki 250, kapusta modra got 200 Kompot 250 ml ciasto 80 g	Rosół z makaronem 300 (1,9,3) Bitka ze schabu 130,sos biały ziemniaki 250 g bukiet z warzyw 200(9) Kompot 250 ml, ciasto 80 g	Rosół z makaronem 300 (1,9,3) Bitka ze schabu 130,sos biały ziemniaki 250 g bukiet z warzyw 150(9) kapusta modra got 200, Kompot 250 ml b/z cukru jabłko 1 szt	Rosół z makaronem 300 (1,9,3) Bitka ze schabu 130,sos biały ziemniaki 250 g bukiet z warzyw 200(9) Kompot 250 ml, ciasto 80 g	Rosół z makaronem 300 (1,9,3) Bitka ze schabu 130,sos biały ziemniaki 250 g bukiet z warzyw 200(9) Kompot 250 ml, ciasto 80 g

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Szynka 50g , ser żółty 30g ,pomidor 70, roszponka 30	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Szynka 50g , twarożek 30g ,pomidor 70 roszponka 30	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) Szynka 50g , twarożek 30g ,pomidor 70 roszponka 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) Szynka 50g , twarożek 30g ,pomidor 70 roszponka 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) Szynka 50g , twarożek 30g ,pomidor 70 gb/z skórki roszponka 30

II kolacja –twarożek 150 g

Energia : 1975.67 kcal; Białko ogółem: 79.60 g; Tłuszcz: 81.32 g; Węglowodany ogółem: 245.35 g; Witamina C: 165.71 mg; Wapń: 721.24 mg; Sód: 3200 mg; Żelazo: 6.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.79 g; Cholesterol: 375.68 mg; Błonnik pokarmowy: 18.76 g;

26.12.2023 wtorek Boże Narodzenie

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) sałatka jarzynowa 150 g, (3,7,10)parówka cienka 80g , ketchup 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) sałatka jarzynowa 150 g, (3,7,10)parówka cienka 80g , ketchup 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) sałatka jarzynowa 150 g, (3,7,10)parówka cienka 80g , ketchup 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) sałatka jarzynowa 150 g, (3,7,10) parówka cienka 80g , ketchup 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1 sałatka jarzynowa z jogurtem b/z groszku 150 g, (3,7, 7)parówka cienka drobiowa 80g , ketchup 20 g

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jogurt naturalny 150 ml**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
barszcz czerwony z makaronem (1,7, 9 Pieczeń wieprzowa 130, sos nat-lekki100 (1) ziemniaki 250 g, kapusta kiszona got 150 g Kompot 250 ml, mandarynka 1 szt	barszcz czerwony z makaronem (1,7, 9 Pieczeń wieprzowa 130, sos nat-lekki100(1,7) ziemniaki 250 g, marchew gotowana 150 kompot 250 ml, mandarynka 1 szt	barszcz czerwony z uszkami 250 (1,7, 9 Pieczeń wieprzowa 100, sos nat-lekki100(1,7) ziemniaki 280 g, marchew gotowana 120, kapusta kiszona gotowana 150 g kompot 250 ml b/z cukru , mandarynka 1 szt	barszcz czerwony z makaronem (1,7, 9 Pieczeń wieprzowa 130, sos nat-lekki100(12, 7) ziemniaki 250 g, marchew gotowana 150 kompot 250 ml	barszcz czerwony z makaronem (1,7, 9 Sztuka mięsa gotowana , sos mleczny 100 ml (1,7) ziemniaki 250 g, marchew gotowana 150 kompot 250 ml , jabłko got 1 szt

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy jogurt naturalny 1 szt***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) galart drobiowy 100 g , cytryna 10 g , pomidor 70 , sałata 30	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) , galart drobiowy 100 g , cytryna 10 g pomidor 70 , sałata 30	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) , galart drobiowy 100 g , cytryna 10 g pomidor 70 , sałata 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , galart drobiowy 100 g , cytryna 10 wędlina 25 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) , galart drobiowy 100 g , cytryna 10 g pomidor 70 b/z skóry , sałata 30

			pomidor 70 , sałata 30	

II kolacja: jogurt 150

Energia : 2025.34 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 75.21 g; Węglowodany ogółem: 291.31 g; Witamina C: 241.87 mg; Wapń: 821.54 mg; Sód: 3400.25 mg; Żelazo: 6.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.25 g; Cholesterol: 328.92 mg; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

27.12.2023 środa

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z makaronem 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Kiełbasa krakowska drobiowa 50 g ogórek 70,	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z makaronem 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Kiełbasa krakowska drobiowa 50 g pomidor 70,	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z makaronem 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Kiełbasa krakowska drobiowa 50 g ogórek kiszony 70 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z makaronem 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Kiełbasa krakowska drobiowa 50 g pomidor 70,	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z makaronem 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Kiełbasa krakowska drobiowa 50 g pomidor 70, /

Obiad śniadanie 2 cukrzycowe sok warzywny 200 ml

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Żurek z ziemniakami 300 (1,7, 9, Fasolka po bretoński 250, (1) ziemniaki 250 g Kompot 250 ml Kompot 250 ml	Selerowa z ziemniakami 250 (1,7, 9) Udko gotowane 130, sos pietruszkowy100(1,7) ziemniaki 25 0 dynia gotowana 150 g Kompot 250 ml Kompot 250 ml	Żurek z ziemniakami 250 (1,7, 9) Udko gotowane 130, sos pietruszkowy100(1,7) ziemniaki 25 0 dynia gotowana 150 g ,Kompot 250 ml b/z cukru	Selerowa z ziemniakami 250 (1,7, 9) Udko gotowane 130, sos pietruszkowy100(1,7) ziemniaki 25 0 dynia gotowana 150 g Kompot 250 ml	Selerowa z ziemniakami 250 (1,7, 9) Udko gotowane 130, sos pietruszkowy100(1,7) ziemniaki 25 0 dynia gotowana 150 g Kompot 250 ml

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) ser topiony 50g sałata 30 , jabłko 150 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica z pietruszką 50 , sałata 30 , jabłko 150 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) polędwica z pietruszką 50 sałata 30 , jabłko 150 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica z pietruszką 70 sałata 30 , jabłko 150 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica z pietruszką 50 sałata 30 , jabłko gotowane 150 g

II kolacja sałatka ryżowa z warzywami 150 g

Energia : 1985.74 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 69.73 g; Węglowodany ogółem: 301.56 g; Witamina C: 198.89 mg; Wapń: 1003.56 mg; Sód: 4567.48 mg; Żelazo: 9.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.78 g; Cholesterol: 458.32 mg; Błonnik pokarmowy: 28.92 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

28 .12.2023 czwartek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa mleczna z płatkami 300 (7) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) kiełbasa krakowska 50 papryka 70 g	Zupa mleczna z płatkami300 (7) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) kiełbasa krakowska 50 , Pomidor 70	Zupa mleczna płatkami 300 (7) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 (1) kiełbasa krakowska 50 , papryka 70 g	Zupa mleczna z płatkami 300 (7) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) kiełbasa krakowska 70 ,Pomidor 70	Zupa mleczna z płatkami 300 (7) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) kiełbasa krakowska 50 , Pomidor 70 b/z skórki

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe** **biszkopty b/z cukrowe 30 g**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa ziemniaczna250 (,7, 9)Kaszanka z cebulką 130 ziemniaki250 Kapusta kiszona gotowana 150, kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 250 (,7, 9)Pulpet wieprzowy,130 sos biały , ziemniaki 250, bukiet warzyw 150 Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 250 (,7, 9)Pulpet wieprzowy,130 sos biały , ziemniaki 250, bukiet warzyw 150, kapusta kiszona gotowana 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa ziemniaczana 250 (,7, 9)Pulpet wieprzowy,130 sos biały , ziemniaki 250, bukiet warzyw 150	Zupa ziemniaczana 250 (,7, 9)Pulpet wieprzowy,130 sos biały , ziemniaki 250, bukiet warzyw 150 Kompot 250 ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy kefir 150***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Mielona wieprzowa 50 30(7), pomidor 70 sałata 30	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Polędwica dr 50 , pomidor 70 , sałata 30	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) , polędwica dr 50 pomidor 70 , sałata 30 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , polędwica dr 50 30(7),wędlina 30 pomidor 70 , sałata 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , polędwica dr 50 pomidor 70 b/z skórki , sałata 30 g

II kolacja kefir 200 ml

Energia : 2346.78 kcal; Białko ogółem: 84.98 g; Tłuszcz: 79.23 g; Węglowodany ogółem: 324.56 g; Witamina C: 246.81 mg; Wapń: 1021.31 mg; Sód: 1900.23 mg; Żelazo: 10.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.49 g; Cholesterol: 319.89 mg; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

29. 12.2023 piątek

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-białkowa***	***Dieta wątrobowa***
Zupa mleczna z manną 300 (7,1) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) jajko 1 szt (3) Sałatka z pomidora i ogórka 100g	Zupa mleczna z manną 300 (7,1) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) jajko 1 szt(3) ,sałata 30 pomidor 70	Zupa mleczna z manną 300 (7,1) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) jajko 1 szt (3) Sałatka z pomidora i ogórka 100g	Zupa mleczna z manną 300 (7,1) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) jajko 1 szt (3) Sałatka z pomidora i ogórka 10g twarożek 30	Zupa mleczna z manną 300 (7,1) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) pasta z białka jaja 50 g pomidor 70 ,

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt**

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-białkowa***	***Dieta wątrobowa***
Zupa fasolowa 300(1,7, 9) Łazanki z mięsem i warzywami 370 (1,3,9) Kompot 250 ml, jabo 150 g	Zupa marchewkowa300(1,7, 9) Łazanki z mięsem i warzywami 370 (1,3,9), jabłko 150 g Kompot 250 ml	Zupa marchewkowa 300(1,7, 9) Łazanki z mięsem i warzywami 370, (1,3,9)jabłko 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa marchewkowa300(1,7, 9) Łazanki z mięsem i warzywami 370 (1,3,9), jabłko 150 g Kompot 250 ml	Zupa marchewkowa 300(1,7, 9) Łazanki z mięsem i warzywami 370 , (1,3,9) jabłko got 150 g Kompot 250 ml

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

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-białkowa***	***Dieta wątrobowa***

Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) ser biały w kawałku 70 g , marmolada 25 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) ser biały w kawałku 70 g , marmolada 25 ,	Herbata 250 Pieczywo razowe 110(1) Masło 15 g ser biały w kawałku 70 g , marmolada 25	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) ser biały w kawałku 70 g , marmolada 25	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) ser biały w kawałku 70 g , marmolada 25

II kolacja wafle ryżowe

Energia : 1899.67 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 291.91 g; Witamina C: 187.89 mg; Wapń: 909.21 mg; Sód: 3200.22 mg; Żelazo: 6.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.05 g; Cholesterol: 321.25 mg; Błonnik pokarmowy: 19.61 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

30.12.2023 sobota

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-białkowa***	***Dieta wątrobowa***
Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) szynkowa 50 ogórek konserwowy 70 , roszponka 30	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) szynkowa 50 pomidor 70 roszponka 30	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) szynkowa 50 , ogórek konserwowy 70 roszponka 30	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynkowa 70 marmolada 25 roszponka 30, pomidor 70	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1 szynkowa 50 , marmolada 25 roszponka 30 , pomidor 70 b/z skórki

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

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-białkowa***	***Dieta wątrobowa***
Kapuśniak z kiszonej kapusty 300(1,7, 9) Kotlet mielony z cebulką -duszony 130g(1,3,7) ,sos naturalny ziemniaki 250 ,buraczki 200 g Kompot 250 ml	Szpinakowa 300(1,7, 9)Sztuka mięsa 100 g sos jasny 100(1,7) ziemniaki 250 ,buraczki 200 g Kompot 250 ml	Szpinakowa 300(1,7, 9)Sztuka mięsa 100 g sos jasny 100(,71) ziemniaki 250 ,buraczki 200g seler gotowana 150 g (9) Kompot 250 ml b/z cukru	Szpinakowa 300(1,7, 9)Sztuka mięsa 100 g sos jasny 100(1,7) ziemniaki 250 ,buraczki 200 g Kompot 250 ml kompot 250 ml	Szpinakowa 300(1,7, 9)Sztuka mięsa 100 g sos jasny 100(1,7) ziemniaki 250 ,buraczki 200 g kompot 250 ml

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

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-białkowa***	***Dieta wątrobowa***
Herbata 250	Herbata 250 Pieczywo mieszane	Herbata 250 b/z cukru	Herbata 250 Pieczywo pszenne	Herbata 250 Pieczywo

Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) Polędwica z koperkiem 50 marmolada 25 rzodkiewka 70	110(1) Masło 15(7) Polędwica z p koperkiem 50 30(7), marmolada 25 , pomidor 70	Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) , Polędwica z koperkiem 50 rzodkiewka 70	110(1) Masło 15(7) , dżem Polędwica z z koperkiem 70 marmolada 25 , pomidor 70	pszenne 110(1) Masło 15(7) Polędwica z koperkiem 50 marmolada 25, pomidor 70 b/z skórki

II kolacja Soko pomidorowy 200 ml;

Energia : 1935.21 kcal; Białko ogółem: 69.28 g; Tłuszcz: 75.87 g; Węglowodany ogółem: 289.42 g; Witamina C: 138.92 mg; Wapń: 756.87 mg; Sód: 4200.48 mg; Żelazo: 10.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.05 g; Cholesterol: 331.99 mg; Błonnik pokarmowy: 24.21 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

31. 12.2021 niedziela Sylwester

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-białkowa***	***Dieta wątrobowa***
Zupa mleczna z manną 300 (7,) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g , marmolada 25 , banan 1 szt	Zupa mleczna z manną 300 (7,) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Twarożek z zieleniną 70 g marmolada 25 banan 1 szt	Zupa mleczna z manną 300 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Twarożek z zieleniną 70 g pomidor 70 , jabłko 1 szt	Zupa mleczna z manną 300 (7,) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Twarożek z zieleniną 70 g marmolada 25 banan 1 szt	Zupa mleczna z manną 300 (7,) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1 Twarożek z zieleniną 70 g marmolada 25 , jabłko got 1 szt

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe owoc 1 szt**

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-białkowa***	***Dieta wątrobowa***
Zupa pomidorowa z ryżem 300 (,7 9) Filet panierowany 103 g (1,3,7) ziemniaki 250 g surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 150 g Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 (,7 9) Filet gotowany 100sos biały (1,7) ziemniaki 250 g szpinak 150 g Kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 (,7 9) Filet gotowany 100sos biały (1,7) ziemniaki 250 g surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 150 g szpinak 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa pomidorowa z ryżem 300 (,7 9) Filet gotowany 100sos biały (1,7) ziemniaki 250 g szpinak 150 g kompot 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 (,7 9) Filet gotowany 100sos biały ziemniaki 250 g szpinak 150 g kompot250 ml

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

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-***	***Dieta***

	strawna		*białkowa*	*wątrobowa*
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)sałatka jarzynowa 100 g , parówka cienka grzana 80 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) sałatka jarzynowa 100 g , parówka cienka grzana 80 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) , sałatka jarzynowa 100 g , parówka cienka grzana 80 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , sałatka jarzynowa 100 g , parówka cienka grzana 80 g ,	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) sałatka jarzynowa z jogurtem b/z groszku 100 g , parówka drobiowa cienka grzana 80 g

II KOLACJA: twarożek ziołowy 150 g

Energia : 2134.91 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz: 78.23 g; Węglowodany ogółem: 278.9` g; Witamina C: 191.79 mg; Wapń: 1031.54 mg; Sód: 2300.40 mg; Żelazo: 10.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.45 g; Cholesterol: 338.92 mg; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;