





Energia : 2302.40 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 95.45 g; Węglowodany ogółem: 293.01 g; Witamina C: 100.33 mg; Wapń: 855.55 mg; Sód: 7268.13 mg; Żelazo: 13.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.33 g; Cholesterol: 682.24 mg; Błonnik pokarmowy: 29.39 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

**2.03.2024 SOBOTA**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250 ( Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) , pomidor 50	Herbata 250 Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) twarożek z zielenią 70 g (7) pomidor 50	Herbata 250 b/z cukru Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) , pomidor 50	Herbata 250 Zupa mleczna z makaronem (1, 7,3) Masło 15 (7) Kawiorek(pszenne )110 (1) twarożek z zielenią 70 g, pomidor 50 szynka konser. 30 g (7)	Herbata 250 Zupa mleczna z makaronem 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Kawiorek(pszenne) 110 (1) twarożek z zielenią 70 g (7) pomidor bez skórki 50

### 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>
Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9 ) Gulasz wieprzowy/sos naturalny 180 g(1), kasza jęczmienna 250 g,(1) buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9 ) Gulasz wieprzowy/ sos naturalny 180 g(1) kasza jęczmienna 250 g,(1) buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 1,(7, 9 ) Gulasz wieprzowy 180 g/ sos naturalny(1) kasza jęczmienna 250 g(1), buraczki gotowane 200 g surówka z białej kapusty 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9 ) Gulasz wieprzowy -/sos naturalny 180 g,(1) kasza jęczmienna 250 g,(1) buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9 ) Gulasz wieprzowy / sos mleczny 180 g,(1,7) ziemniaki 250 g, buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml

### kolacja podwieczorek cukrzycowy jabłko

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 ogórek zielony 70	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 Pomidor 70	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) Szynka konserwowa 50 ogórek zielony 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne ) 110(1) Masło 15(7) Szynka konserwowa 70 pomidor 70	Herbata 250 Kawiorek(pszenne) 110(1) Masło 15(7) polędwica drobiowa 50 pomidor bez skórki 70

## II KOLACJA Wafle ryżowe 30 g

Energia : 2329.68 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 125.34 g; Węglowodany ogółem: 249.95 g; Witamina C: 197.27 mg; Wapń: 900.57 mg; Sód: 3652.40 mg; Żelazo: 11.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.19 g; Cholesterol: 203.36 mg; Błonnik pokarmowy: 33.65 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 3. 03.2024 NIEDZIELA

<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)Chleb baltonowski -kroj.110 (1) Parówka cienka 70 ,ketchup(9) 20 g sałatka z ogórka i papryki ze słonecznikiem100g	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) parówka cienka 80g , ketchup(9) 20 g sałata z pomidorem 100 g	Kakao b/z cukru 250(7,1) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) parówka cienka 80g , ketchup (9)20 g sałatka z ogórka i papryki ze słonecznikiem100g	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), parówka cienka 80g , ketchup (9)20 sałata z pomidorem 100 g	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7)Kawiorek (pszenne) 110 (1), parówka cienka drobiowa 80g , ketchup (9)20 g sałata z pomidorem bez skórki 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 krupnik 300,(9,1) Schab panierowany 130g g (1,3) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200 g Kompot 250 ml,	Zupa krupnik300 (1, 9) Schab duszony 130, sos własny -lekki 150 ml g (1,7) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200 g Kompot 250 ml	Zupa krupnik300 ( 9,1 ) Schab duszony 130, sos własny - lekki 150 ml g (1,7) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200 g, surówka z selera 150 g(7) kompot 250 ml b/z cukru ,	Zupa krupnik , 9,1 ) Schab duszony 130, sos własny - lekki 150 ml g (1,7) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200 g kompot 250	Zupa krupnik 300 (,1, 9 ) Schab gotowany130g , sos biały 150 g (1,7) ziemniaki 250 g seler gotowana 200 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 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7)szynka domowa 50 , dżem 25	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50, dżem 25	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) ,szynka domowa 50 , pomidor 70	Herbata 250Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) , szynka	Herbata 250Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) , szynka domowa

			domowa 50 jajko 1 szt,	50 , dżem 25g
--	--	--	---------------------------	---------------

## II kolacja-mus owocowo-warzywny 100 g

Energia : 2219.33 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 119.25 g; Węglowodany ogółem: 221.35 g; Witamina C: 135.21 mg; Wapń: 875.25 mg; Sód: 3423.28 mg; Żelazo: 14.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.19 g; Cholesterol: 226.71 mg; Błonnik pokarmowy: 36.31 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 4.03.2024 poniedziałek

<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) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Polędwica dr 50 g , marmolada 25g pomidor z rozszpanką 70 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Polędwica dr 50 g 50 g marmolada 25, pomidor z rozszpanką 70 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1)Polędwica dr 50 g pomidorz rozszpanką 70 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7)Kawiorek (pszenne) 110 (1), Polędwica dr50 g twarożek 30 marmolada 25 pomidor z rozszpanką 70 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7)Kawiorek (pszenne) 110 (1), Polędwica drobiowa 50 g marmolada 25 pomidor z rozszpanką 70 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 ) Stek z cebulą130g, (1,3)ziemniaki250, kapusta biała gotowana 200 Kompot 250 ml	, Pomidorowa z ryżem (,9)300 Pieczeń rzymska 130(1,3,7)ziemniaki 250 g, marchew got 200 g kompot 250 ml ,	Pomidorowa z ryżem brązowym (,9) 300 Pieczeń rzymska 130(1,3,7) ziemniaki 250 g, kapusta biała gotowana 200 jabłko/2 szt kompot 250 ml b/z cukru	Pomidorowa z ryżem (,9)300 Pieczeń rzymska 130(1,3,7)ziemniaki 250 g, marchew got 200 g kompot 250 ml	Pomidorowa z ryżem (,9)300 Pieczeń rzymska 130(1,3,7) 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 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Masło 15(7) ser topiony 50(7) sałatka z ogórka i pomidora 70 g	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Masło 15(7)szynka konserwowa 50 jabłko 150 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g sałatka z ogórka i	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1),  Masło 15(7) szynka konserwowa 50 ,polędwica 30 g jabłko 150 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1),  Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g



<b>podstawowa</b>	<b>strawna</b>	<b>cukrzycowa</b>	<b>białkowa</b>	<b>wątrobowa</b>
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) pasta z ryby 70 g (4) 30(7), ogórek kiszony 70	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) pasta z ryby gotowanej z warzywny 70 <b>b/z majonezu</b> <b>!!(4,9,7)z masłem</b> , pomidor 70	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) , pasta z ryby gotowanej z warzywny 70 <b>b/z majonezu !! (4,9,7)z masłem</b> 70 ogórek kiszony 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) pasta z ryby gotowanej z warzywny 70 <b>b/z majonezu !! (4,9,7)z masłem</b> , wędlina 30 pomidor 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1) Masło 15(7)pasta z ryby gotowanej z warzywny 70 <b>b/z majonezu !! (4,9,7)z masłem</b> , pomidor 70 b/z skórki

## II KOLACJA - mus warzywny 100 g

Energia : 2028.31 kcal; Białko ogółem: 73.21 g; Tłuszcz: 89.55 g; Węglowodany ogółem: 237.67 g; Witamina C: 195.21 mg; Wapń: 732.58 mg; Sód: 3228.78 mg; Żelazo: 12.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.28 g; Cholesterol: 231.68 mg; Błonnik pokarmowy: 23.32 g





Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)	Herbata 250 Chleb razowy 110(1) Masło 15g kiełbasa krakowska dr 50 g Papryka konserwowa 70 sałata 30	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 70 g marmolada 25, sałata 20	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1),) Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 marmolada 25, sałata 20
Masło 15(7) ser żółty 50(7) papryka konserwowa 70 g Sałata 30	Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 g , marmolada 25, sałata 20			

## II kolacja: sok warzywny 200 ml

Energia : 2039.06 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 95.85 g; Węglowodany ogółem: 222.37 g; Witamina C: 148.62 mg; Wapń: 814.71 mg; Sód: 5364.94 mg; Żelazo: 14.59 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.83 g; Cholesterol: 307.23 mg; Błonnik pokarmowy: 26.20 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 7.03.2024 czwartek

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Parówki na ciepło70, ketchup (9)20 ogórek konserwowy 70 sałata 30	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Parówki na ciepło70, ketchup(9) 20 dżem 25 g twarózek 30 sałata 30	Zupa mleczna z ryżem 300 (7, )Kawa mleczna 250 herbata 250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Parówki drobiowa na ciepło70, ketchup (9)20 dżem 25 g sałata 30

Obiad

śniadanie 2 cukrzycowe

kisiel z tartym jabłkiem 200 g

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Kotlet mielony 130 (1,3) ziemniaki 250 g, surówka z kapusty pekińskiej 150 Kompot 250 ml	Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Pulpet wieprzowy (1,3,7)w sosie własnym130/150 (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200 Kompot 250 ml	Bulion rosółwy - czysty 300 ( 9 Pulpet wieprzowy (1,3,7)w sosie własnym130/150 (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak200 surówka z kapusty peki150 Kompot 250 ml b/z cukru	Rosół z makaronem 300 (1,7, 9 Pulpet wieprzowy 130(1,3,7) sosie własnym130/150 (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200 kompot 250 ml	ko Rosół z makaronem 300 (1, 3, 9 Pulpet wieprzowy gotowany 130 (1,3,7) sos mleczny150ml (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200 kompot 250

kolacja

podwieczorek cukrzycowy kefir (7)

<b>Dieta</b>	<b>Dieta łatwo</b>	<b>Dieta</b>	<b>Dieta bogato-</b>	<b>Dieta</b>
--------------	--------------------	--------------	----------------------	--------------

<b>podstawowa</b>	<b>strawna</b>	<b>cukrzycowa</b>	<b>białkowa</b>	<b>wątrobowa</b>
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Masło 15(7) szynka drobiowa 50, pomidor 70	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Masło 15(7)szynka domowa 50 pomidor 70	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) , szynka drobiowa 50 pomidor 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) , Szynka drobiowa 50 połudwica wp 30 pomidor 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) szynka drobiowa 50 pomidor b/z skórki 70

### II kolacja: twarożek z zieleniną 100 g(7)

Energia : 2127.25 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 98.91 g; Węglowodany ogółem: 251.77 g; Witamina C: 186.46 mg; Wapń: 967.33 mg; Sód: 3387.55 mg; Żelazo: 11.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.28 g; Cholesterol: 297.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.20 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 8. 03.2024 piątek

<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)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  ser biały 70 g (7) ,sałatka z papryki z nasionami słonecznika 70 g,	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  ser biały 70 g dżem 25g,salatka z pomidora z natką pietruszki70,	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Chleb razowy 110 ser biały 70 g (7) sałatka z papryki z nasionami słonecznika 70 g,	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), ser biały 70 g (7) szynka dr 20 g sałatka z pomidora z natką pietruszki70,	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), ser biały 70 g (7) sałatka z pomidora z natką pietruszki70

### Obiad

### śniadanie 2 cukrzycowe jabłko1 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) Ryba pieczona 130g,(1,4) sos grecki 150 g , ziemniaki 250 g  Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9)Ryba pieczona 130g,(1,4) sos grecki 150 g , ziemniaki 250 g Kompot 250	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9)Ryba pieczona 130g,(1,4) sos grecki 150 g , ziemniaki 250 g surówka z kiszonej kapusty 150 g Kompot b/z cukru	Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9 Ryba pieczona 130g,(1,4) sos grecki 150 g , ziemniaki 250 g g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9),Ryba gotowana 130g,(1,4) sos grecki 150 g , ziemniaki 250 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 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Masło 15(7pasztet dr 70 g , ogórek kiszony 70,	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Masło 15(7) pasztet dr 70 g, pomidor 70	Herbata 250 Chleb razowy 110(1) Masło 15(7)pasztet dr 70 g ogórek kiszony 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) ser biały 30 , pasztet dr 70 g pomidor 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) ser biały 70 , pomidor 70b/z skórki roszpunka
--	---	---	---	---

## II KOLACA – sałatka makaronowa z warzywami 100g

Energia : 2329.68 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 125.34 g; Węglowodany ogółem: 249.95 g; Witamina C: 197.27 mg; Wapń: 900.57 mg; Sód: 3652.40 mg; Żelazo: 11.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.19 g; Cholesterol: 203.36 mg; Błonnik pokarmowy: 33.65 g

## Jadłospis Ludwikowo /Poznań

### 9 03.2024 sobota

<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 mianą250(7,1,) Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Twarożek ze szczypiorkiem 70(1) rzodkiewka 70 g, sałata 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(71,) Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Twarożek z zielenią 70(1) miód25 g ,sałata 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą250(71,) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) Twarożek z zielenią 70(1) rzodkiewka 70 g ,sałata 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą250(71,) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Twarożek z zielenią 70(1) miód 25 g, sałata 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(71,) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Twarożek z zielenią 70(1) miód 25 g ,sałata 30

### Obiad śniadanie 2 cukrzycowe gruszka 150 g

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa pieczarkowa z makaronem 300 (1,3,9 ) Bigos 300 ziemniaki250, Kompot 250 ml	Zupa dyniowa z makaronem 300 (1,3,9)Gulasz z żołądków dr 100/150 (1,9 ) ziemniaki250, brokuł200 g ,kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 300 (1,3, 9 ) ziemniaki250, Gulasz z żołądków dr 100/150 (1,9 ) ziemniaki250 brokuł 200g ,kompot 250ml b/ cukru Pomarańcza 1 szt	Zupa dyniowa z makaronem 300 (,1,3,9) Gulasz z żołądków dr 100/150 (1,9)ziemniaki250 , brokuł 200 g kompot 250ml	Zupa dyniowa z makaronem 300 (1,3,9 ) Gulasz z żołądków dr 100/150 sos jarzynowy (1,9) ziemniaki250 sałata z jogurtem 150 g(7) ,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 bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Herbata 250 Chleb	Herbata 250 Chleb	Herbata 250 b/z cukru	Herbata 250	Herbata 250

baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) sałatka z papryki i ogórka z siemię lnianym 100 g Polędwica z koperkiem 50 g	baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7)polędwica z koperkiem 50 g pomidor 70 ,sałata 30	Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) sałatka z papryki i ogórka siemię lnianym 100 g Polędwica z koperkiem 50 g	Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7)polędwica z koperkiem 50 pomidor 70 , sałata 30 szynka dr 20 g	Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7)polędwica z koperkiem 50 g pomidor bez skórki 70 ,sałata 30
---	--	---	--	---

## II kolacja – wafle ryżowe 30

Energia : 2131.55 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Tłuszcz: 113.47 g; Węglowodany ogółem: 281.35 g; Witamina C: 185.31 mg; Wapń: 875.33 mg; Sód: 3758.78 mg; Żelazo: 14.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.31 g; Cholesterol: 198.56 mg; Błonnik pokarmowy: 37.89g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 10. 03.2024 niedziela

<i><b>Dieta podstawowa</b></i>	<i><b>Dieta łatwo strawna</b></i>	<i><b>Dieta cukrzycowa</b></i>	<i><b>Dieta bogatobiałkowa</b></i>	<i><b>Dieta wątrobowa</b></i>
Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  kiełbasa na ciepło 70, musztarda(10) , sałatka z pomidora i rzodkiewki ze słonecznikiem 100	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (1) Masło 15g (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  kiełbasa na ciepło 70, ketchup(9) , , sałatka z pomidora i roszpunkki 100g	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem basmati(7) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) kiełbasa na ciepło 70, ketchup(9)sałatka z pomidora i rzodkiewki ze słonecznikiem 100	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), g Kiełbasa na ciepło 70 polędwica drobiowa 20 g , sałatka z pomidora i rzodkiewki ze słonecznikiem 100 g	Kawa mleczna 250 (7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Kiełbasa na ciepło 50, ketchup (9), dżem 25 g sałatka z pomidora bez skórki i roszpunkki 100g

## Obiad

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

<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 koperkowa z ziemniakami 300ml (1,7, 9 ) Sztuka mięsa 130, sos chrzanowy 150 ml(1,7) ziemniaki 250 marchewka z groszkiem 200g (1) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Sztuka mięsa 130, sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g marchewka gotowana 200 g ) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Sztuka mięsa 130, sos chrzanowy 150 ml(1,7) ziemniaki 250 g marchewka z groszkiem 200g(1),jabłko 150 g  kompot 250 ml b/z cukru	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Sztuka mięsa 130, sos biały 150 ml(1,7) ziemniaki 250 g marchewka 200g  Kompot 250	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Sztuka mięsa 130, sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g marchewka gotowana 200 g  Kompot 250 ml

## kolacja

### podwieczorek cukrzycowy owoc

<i><b>Dieta podstawowa</b></i>	<i><b>Dieta łatwo strawna</b></i>	<i><b>Dieta cukrzycowa</b></i>	<i><b>Dieta</b></i>	<i><b>Dieta wątrobowa</b></i>
--------------------------------	-----------------------------------	--------------------------------	---------------------	-------------------------------

			<b><i>bogato- białkowa</i></b>	
Herbata 250 ml Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Masło 15g(7) bigos z cukinii 100 g polędwica 50	Herbata 250 ml Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15g(7) bigos z cukinii 100 g ,polędwica 50	Herbata b/z cukru 250 ml Chleb razowy 110g(1) Masło 15g(7) bigos z cukinii 100 g ,polędwica 50	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(g7) bigos z cukinii 100 g ,polędwica 50	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15g(7) Polędwica drobiowa 50g sałata 20 g , jabłko gotowane 150 g

## **II kolacja –twarożek owocowy 100 g(7)**

Energia : 2131.55 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 135.29 g; Węglowodany ogółem: 287.99 g; Witamina C: 345.55 mg; Wapń: 890.87 mg; Sód: 3757.99 mg; Żelazo: 15.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.22 g; Cholesterol: 231.56 mg; Błonnik pokarmowy: 35.71 g