

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

1.12.2023 piątek

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwostrawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogatobiałkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) jajko1 szt (3),pomidor 100 g sałata 30 G	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) jajko1 szt(3) sałata 30- pomidor 100	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,1) Herbata b/z cukru 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) jajko1 szt(3),pomidor 100	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Jajko1 szt(3) sałata 30 pomidor 100 wędlina 30	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Pasta z białka 60 g (3), sałata 30 ,pomidor b/z skórki 100 g

Obiad śniadanie 2 cukrzycowe kisiel z tartym jabłkiem 200 g

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwostrawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogatobiałkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa brokułowa z ziemniakami 300 (1,7,9) , Ryba smażona 130 g,(4,1) sos grecki150 g(1,9) ziemniaki 250 g, Kompot 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 (1,7,9) , Ryba gotowana 130 g, sos grecki150 g(1,9) ziemniaki 250 g, kompot 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 (1,7,9) , Ryba gotowana 130 g, sos grecki150 g (1,9)ziemniaki 250 g, surówka z kiszanej kapusty 150 g kompot b/z cukru 250	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 (1,7,9) , Ryba gotowana 150 g, sos grecki150 g (1,9)ziemniaki 250 g, kompot 250 ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300 (1,7,9) , Ryba gotowana 130 g, sos grecki150 g(1,9) ziemniaki 250 g, kompot 250 ml

kolacja podwieczerek cukrzycowy mandarynki 2 szt

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwostrawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogatobiałkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) ser żółty 50 g (7) ogórek zielony 70	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica 50 Pomidor 70 g ,	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) polędwica 50 ogórek zielony 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , polędwica 50, twaróg 30 (7) Pomidor 70 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) Polędwica 50 g g Pomidor 70 g b/z skórki

II KOLACJA -JOGURT 150 G

Wartości odżywcze: Energia : 2027.26 kcal; Białko ogółem: 76.82 g; Tłuszcz: 91.11 g; Węglowodany ogółem: 240.68 g; Witamina C:81.65 mg; Wapń: 823.97 mg; Sód: 2851.96 mg; Żelazo: 8.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.20 g; Cholesterol: 531.72 mg; Błonnik pokarmowy: 16.20 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań /

2.12.2023 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 kaszą300 (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) , rzodkiewka 70 , pomidor 50	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą300 (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) twarożek z zielenią 70 g (7) pomidor 50 miód 25	Herbata 250 b/z cukru Zupa mleczna z kaszą 300 (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) , pomidor 50 rzodkiewka 70	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą 300 (1, 7,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) twarożek z zielenią 70 g, pomidor 50 szynka konser. 30 g (7) miód 25	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) twarożek z zielenią 70 g (7) pomidor 50 miód 25

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 ryżem300 (,7, 9) Gulasz wieprzowy/sos naturalny 180 g(1), ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 (,7, 9) Gulasz wieprzowy/ sos naturalny 180 g(1), ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 (,7, 9) Gulasz wieprzowy 180 g/ sos naturalny(1) ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g surówka z białej kapusty 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa szpinakowa z ryżem 300 (,7, 9) Gulasz wieprzowy -/sos naturalny 180 g,(1) ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 (,7, 9) Gulasz wieprzowy / sos mleczny 180 g,(1,7) ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml 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) szynka konserwowa 50 ogórek zielony 70	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 Pomidor 70	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) Szynka konserwowa 50 ogórek zielony 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) Szynka konserwowa 70 pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica drobiowa 50 pomidor 70

II KOLACJA

Wafle ryżowe 30 g

Wartości odżywcze: Energia : 2017.99 kcal; Białko ogółem: 66.44 g; Tłuszcz: 89.79 g; Węglowodany ogółem: 253.26 g; Witamina C: 119.30 mg; Wapń: 829.42 mg; Sód: 4228.50 mg; Żelazo: 7.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.86 g; Cholesterol: 259.92 mg; Błonnik pokarmowy: 17.93 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

3.12.2023 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) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówka cienka 70 ,ketchup(9) 20 g sałatka z ogórka i papryki ze słonecznikiem100g	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) parówka cienka 80g , ketchup(9) 20 g sałata z pomidorem 100 g	Kakao b/z cukru 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) parówka cienka 80g , ketchup (9)20 g sałatka z ogórka i papryki ze słonecznikiem100g	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1), parówka cienka 80g , ketchup (9)20 sałata z pomidorem 100 g	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1 parówka cienka drobiowa 80g , ketchup (9)20 g sałata z pomidorem 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 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)szynka domowa 50 , dżem 25 sałata 20	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50, dżem 25 sałata 20	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) ,szynka domowa 50 , sałata 20	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50 jajko 1 szt, sałata 20	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50 , dżem 25g sałata 20 g

II kolacja- mus owocowo-warzywny 100 g

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: 9.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 718.44 mg; Błonnik pokarmowy: 16.41 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

4.12.2023 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) Pieczywo mieszane 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g , marmolada 25g pomidor z rozszunką 70 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g 50 g marmolada 25, pomidor z rozszunką 70 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 pomidorz roszpunką 70 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g twarożek 30 marmolada 25 pomidor z rozszunką 70 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 pomidor z rozszunką 70 g

Obiad śniadanie 2 cukrzycowe sok warzyny 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 cebulą 130g, (1,3)ziemniaki 250, 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 grejpfrut 1/2 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 gpot 250 ml	Pomidorowa z ryżem (,9)300 Pieczeń rzymska 130(1,3,7) ziemniaki 250 g, marchew got 200 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) sałatka z ogórka i pomidora 70 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 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 pomidora 70 g 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 ,polędwica 30 g jabłko 150 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g jabłko got 150 g

II kolacja- kiwi 2 sztuki

<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 żółty 50(7) papryka konserwowa 70 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 g , marmolada 25, sałata 20	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, sałata 20	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 marmolada 25, sałata 20

II kolacja: sok warzywny 200 ml

Energia : 2086.59 kcal; Białko ogółem: 63.76 g; Tłuszcz: 88.43 g; Węglowodany ogółem: 282.86 g; Witamina C: 188.54 mg; Wapń: 646.11 mg; Sód: 8200.63 mg; Żelazo: 16.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.43 g; Cholesterol: 222.65 mg; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

7.12.2023 czwartek

<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) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówka na ciepło 70, ketchup (9)20 ogórek konserwowy70 ,sałata 30	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówki na ciepło70, ketchup (9)20 dżem 25 g sałata 30	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) Pieczywo pszenne 110 (1) Parówki na ciepło70, ketchup(9) 20 dżem 25 g twarożek 30 sałata 30	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,)Kawa mleczna 250 herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo 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

<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 (1,3, 9) Kotlet mielony 130 (1,3) ziemniaki 250 g, surówka z marchwi i jabłka 150(7) 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 marchwi i jabłka 150 (7) 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 kompota 250

kolacja

podwieczerek
cukrzycowy
kefir (7)

<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 drobiowa 50, pomidor 100	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)szynka domowa 50 pomidor 100	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) , szynka drobiowa 50 pomidor 100	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , Szynka drobiowa 50 polędwica wp 30 pomidor 100	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka drobiowa 50 pomidor b/z skórki 100

II kolacja: twarożek z zielenią 100 g

Energia : 2171.14 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 94.49 g; Węglowodany ogółem: 266.81 g; Witamina C: 56.31 mg; Wapń: 593.83 mg; Sód: 3418.25 mg; Żelazo: 8.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.02 g; Cholesterol: 392.74 mg; Błonnik pokarmowy: 17.84 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

8.12.2023 piątek

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110g (1) ser biały w kawałku 70 g (7) ,sałatka z papryki z nasionami słonecznika 70 g, sałata 30	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110g (1) ser biały w kawałku 70 g dżem 25g,sałatka z pomidora z natką pietruszki 70, sałata 30	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 ser biały w kawałku 70 g (7) sałatka z papryki z nasionami słonecznika 70 g, sałata 30	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110g (1) ser biały w kawałku 70 g (7) szynka dr 20 g sałatka z pomidora z natką pietruszki 70, sałata 30	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110 g(1) ser biały w kawałku 70 g (7) sałatka z pomidora z natką pietruszki 70, sałata 30

Obiad śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Pierogi ruskie 300g (3,1,7) surówka z kiszanej kapusty 150 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Pierogi z serem 300g (1,3,7) jabłko 150 g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Pierogi ruskie 300g (3,1,7) surówka z kiszanej kapusty 150 g Kompot b/z cukru	Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9) Pierogi z serem 300g (1,3,7) jabłko 150 g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Pierogi z serem 300g (1,3,7) jabłko gotowane 150 g, kompot 250 ml

kolacja				
<i>podwieczerek cukrzycowy manna b/z cukru(1,7)</i>				
<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) pasztet dr 70 g, ogórek kiszony 100,	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) pasztet dr 70 g, pomidor 100	Herbata 250 Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) pasztet dr 70 g ogórek kiszony 100	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) ser biały 30 , pasztet dr 70 g pomidor 100	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) ser biały 70 , pomidor 100 b/z skórki roszpunka

II KOLACA – sałatka makaronowa z warzywami 100g

Energia : 2165.77 kcal; Białko ogółem: 63.08 g; Tłuszcz: 114.97 g; Węglowodany ogółem: 235.81 g; Witamina C: 83.61 mg; Wapń: 773.32 mg; Sód: 3369.43 mg; Żelazo: 6.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.95 g; Cholesterol: 211.23 mg; Błonnik pokarmowy: 15.54 g;

Jadłospis Ludwikowo /Poznań

9.12.2023 sobota

<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 250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 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) Pieczywo mieszane 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) Pieczywo razowe 110 (1) Twarożek z zielenią 70(1) rzodkiewka 70 g ,sałata 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(71,) Masło 15 (7) Pieczywo 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) Pieczywo pszenne 110 (1) Twarożek z zielenią 70(1) miód 25 g ,sałata 30

Obiad śniadanie 2 cukrzycowe gruszka 150 g

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa pieczarkowa z makaronem 300 (1,3,9) Bigos 300 ziemniaki 250, Kompot 250 ml	Zupa dyniowa z makaronem 300 (1,3,9) Gulasz z żołądków dr 100/150 sos jarzynowy (1,9) ziemniaki 250,	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 300 (1,3, 9) ziemniaki 250, Gulasz z żołądków dr 100/150 sos	Zupa dyniowa z makaronem 300 (,1,3,9) Gulasz z żołądków dr 100/150 sos	Zupa dyniowa z makaronem 300 (1,3,9) Gulasz z żołądków dr 100/150 sos jarzynowy (1,9)

	brokuł 200 g ,kompot 250ml	jarzynowy (1,9) ziemniaki 250 brokuł 200g ,kompot 250ml b/ cukru	jarzynowy (1,9)ziemniaki 2 50 , brokuł 200 g ,kompot 250ml	ziemniaki 250 sałata z jogurtem 150 g(7) ,kompot 250ml
--	-------------------------------	---	--	--

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

<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) sałatka z papryki i ogórka z siemię lnianym 100 g Polędwica z koperkiem 50 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)polędwica z koperkiem 50 g pomidor 70 ,sałata 30	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) sałatka z papryki i ogórka siemię lnianym 100 g Polędwica z koperkiem 50 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)polędwica z koperkiem 50 g pomidor 70 , sałata 30 szynka dr 20 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)polędwica z koperkiem 50 g pomidor 70 ,sałata 30

II kolacja – wafle ryżowe 30

Energia : 2086.59 kcal; Białko ogółem: 63.76 g; Tłuszcz: 88.43 g; Węglowodany ogółem: 282.86 g; Witamina C: 188.54 mg; Wapń: 646.11 mg; Sód: 8200.63 mg; Żelazo: 16.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.43 g; Cholesterol: 222.65 mg; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

10.12.2023 r niedziela

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogatobiałkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110g (1) kiełbasa na ciepło 70, musztarda(10) , dżem 25 g sałatka z pomidora i rzodkiewki ze słonecznikiem 100	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (1) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110g (1) kiełbasa na ciepło 70, ketchup(9) , dżem 25 g, sałatka z pomidora i roszpunkki 100g	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem basmati(7) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 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) Pieczywo pszenne 110g (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) Pieczywo pszenne 110 g (1) Kiełbasa na ciepło 50, ketchup (9), dżem 25 g sałatka z pomidora i roszpunkki 100g

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

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

			białkowa	
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

**podwieczerek
cukrzycowy owoc**

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7) bigos z cukinii 100 g polędwica 50	Herbata 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7 bigos z cukinii 150 g ,polędwica 50	Herbata b/z cukru 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7) bigos z cukinii 150 g ,polędwica 50	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 110g(1) Masło 15(g7) bigos z cukinii 150 g ,polędwica 50	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110g(1) Masło 15g(7) Polędwica drobiowa 50g sałata 20 g , jabłko gotowane 150 g

II kolacja – twarożek owocowy 100 g

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: 9.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Cholesterol: 718.44 mg; Błonnik pokarmowy: 16.41 g;