Jadłospis Ludwikowo/Poznań

11.07.2024 czwartek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Parówka na ciepło 70, ketchup (9)20 ogórek konserwowy70	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Parówki na ciepło70, ketchup (9)20 dżem 25 g	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Parówki na ciepło70, ketchup (9)20 ogórek konserwowy 70	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Parówki na ciepło70, ketchup(9) 20 dżem 25 g twarożek 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

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Kotlet mielony 130 (1,3) ziemniaki 250 g, surówka z kapusty białej 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 rosołwy - czysty 300 (9 Pulpet wieprzowy (1,3,7)w sosie własnym130/150 (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak200 surówka z kapusty białej 150 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)***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
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 polędwica 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 : 2567.83 kcal; Białko ogółem: 96.81 g; Tłuszcz: 119.34 g; Węglowodany ogółem: 302.27 g; Witamina C: 139.25 mg; Wapń: 835.21 mg; Sód: 4045.48 mg; Żelazo: 14.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.98 g; Cholesterol: 352.96 mg; Błonnik pokarmowy: 26.81 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

12.07.2024 piątek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa mleczna z płatkami300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Jajko 1 szt 70 g (7) ,sałatka z pomidora 70 g,	Zupa mleczna z płatkami300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Jajko 1 szt 70 g (7) dżem 25g, sałatka z pomidora 70 g	Zupa mleczna z płatkami300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Chleb razowy 110 Jajko 1 szt 70 g (7) 70 g (7) sałatka z pomidora 70 g,	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Jajko 1 szt 70 g (7) szynka dr 20 g sałatka z pomidora 70 g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Jajko 1 szt 70 g (7) sałatka z pomidora bez skórki 70 g,

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jabłko1 szt**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Gzik 150 ziemniaki 250 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Gzik 150 ziemniaki 250 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Gzik 150 ziemniaki 250 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Gzik 150 ziemniaki 250 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Gzik 150 ziemniaki 250 g Kompot 250 ml

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7pasztet 70 g(10,9) , pomidor 70	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)Masło 15(7) pasztet 70 g(10,9), pomidor 70	Herbata 250 Chleb razowy 110(1) Masło 15(7)pasztet 70 g (10,9) pomidor 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) ser biały 30 , pasztet 70 g(10,9) pomidor 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) Polędwica dr 50 g(10,9) pomidor bez skórki 70

II KOLACA – sałatka makaronowa z warzywami 100g (1,3,9)

Energia : 2590.44 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 105.63 g; Węglowodany ogółem: 352.55 g; Witamina C: 120.33 mg; Wapń: 818.07 mg; Sód: 7297.07 mg; Żelazo: 13.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.23 g; Cholesterol: 410.06 mg; Błonnik pokarmowy: 37.28 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

13.07.2024 sobota

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Chleb baltonowski - kroj.110 (1) kiełbasa krakowska 50 g, papryka 70g	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) kiełbasa krakowska 50 g pomidor 70g	Kakao b/z cuku 250(7,1) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) kiełbasa krakowska 50 g papryka 70g	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne)110 (1) 110 (1), kiełbasa krakowska 50 g pomidor 70 g	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne)110 (1) 110 (1 kiełbasa krakowska 50 g pomidor bez skórki 70g

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe** **jogurt naturalny 150 ml (7)**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa jarzynowa 300(7,9,1) Łopatka pieczona 130,sos jasny 150 g (1) ziemniaki 250 g surówka wielowarzywna z olejem roślinnym 200 Kompot 250 ml,	Zupa jarzynowa300 (,7, 9)Łopatka gotowana 130, sos jasny 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g kalafior gotowany 200 g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 (,7, 9)Łopatka gotowana 130, jasny 150 g (1,7) ziemniaki 250 g surówka wielowarzywna z olejem roślinnym 200 jabłko 1 szt kompot 250 ml b/z cukru ,	Zupa jarzynowa300 (,7, 9)Łopatka gotowana 130, sos biały 150 g (1,7) ziemniaki 250 g kalafior gotowany 200 g kompot 250 ml	Zupa jarzynowa300 (,7, 9)Łopatka gotowana 130, sos biały 150 g (1,7) ziemniaki 250 g marchew got 200 g (9) kompot 250

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy arbuz 150 g***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Chleb baltonowski - kroj. 110(1) Masło 15(7)szynka domowa 50 , g cukinia z ziołami 70	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50 cukinia z ziołami 70	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) ,szynka domowa 50 cukinia z ziołami 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50, twarożek 30 cukinia z ziołami 70	Herbata 250 1 Kawiorek (pszenne)110 (1)10(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50 , cukinia z ziołami 70

II kolacja: mus warzywno-owocowy 1 szt

Energia : 2202.48 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 81.62 g; Węglowodany ogółem: 306.40 g; Witamina C: 177.53 mg; Wapń: 759.34 mg; Sód: 8306.55 mg; Żelazo: 12.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.93 g; Cholesterol: 360.21 mg; Błonnik pokarmowy: 30.95 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

14.07.2024 niedziela

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogatobiałkowa***	***Dieta wątrobowa***
Kawa mleczna 250 ml (7,1) herbata 250 Masło 15g (7) Chleb baltonowski -kroj. 120 (1) jajko 1 szt(3) pomidor 70 g sałata 20g	Kawa meczna250 ml(7,1) herbata 250 ml Masło 15g (7) Chleb baltonowski -kroj. 120 g (1) jajko 1 szt(3) pomidor 70g sałata 20g	Kawa mleczna250 ml (7,1 Herbata 250 ml Masło 15g (7) Chleb razowy 120 (1) jajko 1 szt(3) pomidor 70 g sałata 20g	Kawa mleczna 250 ml (7,1)Herbata 250 ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne)110 (1) 110 (1) jajko 1 szt(3) pomidor 70g sałata 20g	Kawa mleczna 250ml (7,1) Herbata 250 ml Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne)110 (1) 110 (1) Pasta z białka jaja 50 g (3,7), pomidor bez skórki 70g sałata 20g

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

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-białkowa***	***Dieta wątrobowa***
Pomidorowa z makaronem 300(1,9,7,3) Roladka drobiowa 130 g(9), sos naturalny 150 ml g(1,7,) ziemniaki 250, mizeria 200 (7) Kompot 250 ml	Pomidorowa z makaronem 300(1,9,7,3) Roladka drobiowa 130 g(9), sos naturalny 150 ml g(1,7,) ziemniaki 250 sałata z jogurtem 150g (7) Kompot 250 ml	Pomidorowa z makaronem razowym 300(1,9,7,3) Roladka drobiowa 130 g(9), sos naturalny 150 ml g(1,7,) ziemniaki 250, mizeria 200 g ,(7) owoc1 szt kompot 250b/z cukru	Pomidorowa z makaronem 300(1,9,7,3) Roladka drobiowa 150 g,(9) sos naturalny 150 ml g(1,7,) ziemniaki 250, sałata z jogurtem 150g(7)kompot	Pomidorowa z 300(1,9,7,3) Roladka drobiowa 130 g(9) , sos mleczny 150 ml g(1,7,) ziemniaki 250, sałata z jogurtem 150 g(7) kompot 250

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy kisiel z tartym jabłkiem***

Dieta podstawowa	***Dieta łatwo strawna***	***Dieta cukrzycowa***	***Dieta bogato-białkowa***	***Dieta wątrobowa***
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) szynka wp. 50 g, ogórek kiszony 70 g	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50, pomidor 70 g	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50, pomidor 70 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 70g, pomidor 70g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7 polędwica dr 50, pomidor 70 g b/z skórki

II kolacja :jogurt 150 g(7)

Energia : 2094.15 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 72.24 g; Węglowodany ogółem: 295.59 g; Witamina C: 97.01 mg; Wapń: 878.96 mg; Sód: 4828.20 mg; Żelazo: 10.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.12 g; Cholesterol: 330.87 mg; Błonnik pokarmowy: 26.43 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

15.07.2024 poniedziałek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogatobiałkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z manną 300 (1,3) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) krakowska dr 50 g , ogórek zielony70 g roszpunka 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z manną 300 (1,3) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) krakowska dr 50 g ,pomidor 70 g roszpunka 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z manną300 (1,3) Masło 15 (7) Chleb razowy 120 (1) (krakowska dr 50 g) , ogórek zielony 70, roszpunka 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z manną 300 (1,3) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne)110 (1) krakowska dr 50 g ,pomidor 70 g wędlina dr 25 g roszpunka 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z manną 300 (1,3) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne)110 (1) 110 (1)7), ,p krakowska dr 50 g pomidor 70 g b/z skórki, roszpunka 30

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa pieczarkowa 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa)(1) ziemniaki 250) ,surówka z białej kapusty i olejem rzepakowym 150 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa)(1) ziemniaki g 250 , seler gotowana 200 g (9) Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa)(1) ziemniaki 250 surówka z białej kapusty 150 g szpinak 150g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa szpinakowa z ryżem 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa) Ziemniaki 250( ) , kalafior 200 g Kompot 250	Zupa szpinakowa z ryżem 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa) szpinak 150 g ziemniaki 250 , Kompot 250 ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy biszkopty b/z cukru (1,3,7)***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g , owoc sezonowy 150, sałata 30	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 g owoc sezonowy 150, sałata 30 ,	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 g owoc sezonowy 150, sałata 30	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 g wędlina dr 20 jabłko 1 szt.	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 g , jabłko gotowane 1 szt. sałata 30

II KOLACJA : sałatka ryżowa z warzywami 100 g (3,9,10)

Energia : 2392.46 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 88.41 g; Węglowodany ogółem: 336.32 g; Witamina C: 220.67 mg; Wapń: 872.04 mg; Sód: 6985.14 mg; Żelazo: 14.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.71 g; Cholesterol: 583.37 mg; Błonnik pokarmowy: 32.47 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

16.07 .2024 wtorek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Zupa mleczna z manną 300(7) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) szynka złocista50g marmolada 25g pomidor 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Zupa mleczna z manną 300(7) Masło 15 (7) Chleb kawiorek. 110 (1) szynka złocista50g marmolada 25g pomidor 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Zupa mleczna z manną 300(7) Masło 15 (7) Chleb żytni. 110 (1) szynka złocista50g marmolada 25g pomidor 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Zupa mleczna z manną 300(7) Masło 15 (7) Chleb kawiorek 110 (1) szynka złocista50g marmolada 25g pomidor 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250(7,1) Zupa mleczna z manną 300(7) Masło 15 (7) Chleb kawiorek 110 (1) szynka złocista50g marmolada 25g pomidor bez skórki 70 g

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe** **jogurt naturalny 150 ml (7)**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa ziemniaczana (1,7, 9)leczo warzywne w sosie pomidorowym 150 g (9) , ryż 200 surówka z kapust białej z olejem rzepakowym i słonecznikiem 150 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana (1,7, 9)leczo warzywne w sosie pomidorowym 150 g (9) , ryż 200 Jabłko 1 szt Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana (1,7, 9)leczo warzywne w sosie pomidorowym 150 g (9) , ryż brązowy 200 surówka z kapust białej z olejem rzepakowym i słonecznikiem 150 g jabłko 1 szt Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana (1,7, 9)leczo warzywne w sosie pomidorowym 150 g (9) , ryż 200 Jabłko 1 szt Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana (1,7, 9)leczo warzywne w sosie pomidorowym 150 g (9) , ryż 200 Jabłko 1 szt Kompot 250 ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy kisiel 200 g***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) szynka bartnika 50 g ogórek zielony 70g	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) szynka bartnika 50 g ogórek zielony 70g	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) szynka bartnika 50 g , ogórek zielony 70g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7) , szynka bartnika wędlina dr 50 ogórek zielony 70g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7) , szynka bartnika 50 g ogórek zielony 70g

II kolacja Jogurt nat 150 g(7)

Energia : 2359.13 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 89.55 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; Witamina C: 94.01 mg; Wapń: 838.01 mg; Sód: 2898.21 mg; Żelazo: 9.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.14 g; Cholesterol: 208.44 mg; Błonnik pokarmowy: 25.95 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

17.07 .2024 środa

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z ryżem 300 (,7) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) mielonka wieprzowa 50g pomidor 70g, Sałata 20g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z z ryżem 300 (,7) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) szynkowa dr 50g pomidor 70g, Sałata 20g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z ryżem 300 (,7) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) szynkowa dr 50g pomidor 70g Sałata 20g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z ryżem 300 (,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynkowa dr 50g pomidor 70g, Sałata 20g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z ryżem 300 (,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynkowa dr 50 g sałata 30g, pomidor bez skórki 70g

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe sok warzywny 200 ml**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa koperkowa300 300 (1,7, 9) (1,3,9)Łazanki z mięsem i kapustą 400 g (1,3,9) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa300 300 (1,7, 9) Łazanki z mięsem i warzywami 400 g (1,3,9) g Kompot 250 ml	Zupa koperkowa300 300 (1,7, 9)Łazanki(makron razowy) z mięsem i warzywami 400 g (1,3,9) Ow*oc sezonowy* 1 szt ,Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa koperkowa300 (1,7, 9)Łazanki z mięsem i warzywami 400 g (1,3,9) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa300 (1,7, 9)Łazanki z mięsem i warzywami 400 g (1,3,9) Kompot 250 ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy jabłko 1 szt***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) kiełbasa piwna 50 g marmolada 25g pomidor 70g	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 g pomidor 70g	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50 g (7) pomidor 70g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50g (7),wędlina 30g Pomidor 70g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7) polędwica dr 50g g) Pomidor 70g b/z skórki

II kolacja :Jogurt 150 ml (7)

Energia : 2584.95 kcal; Białko ogółem: 110.64 g; Tłuszcz: 112.87 g; Węglowodany ogółem: 311.45 g; Witamina C: 247.68 mg; Wapń: 843.16 mg; Sód: 3674.19 mg; Żelazo: 16.38 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.24 g; Cholesterol: 298.28 mg; Błonnik pokarmowy: 31.29 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

18.07.2024 czwartek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Parówka na ciepło 70g, ketchup (9)20 ogórek konserwowy70g ,sałata 30g	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Parówki na ciepło70g, ketchup (9)20 dżem 25 g sałata 30g	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Parówki na ciepło70g, ketchup (9)20 ogórek konserwowy 70g sałata 30g	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Parówki na ciepło70, ketchup(9) 20g dżem 25 g twarożek 30g sałata 30g	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,)Kawa mleczna 250 herbata 250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Parówki drobiowa na ciepło70g, ketchup (9)20 dżem 25 g sałata 30g

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Barszcz czerwony 300 (1,3, 9) Kotlet mielony 130 (1,3) ziemniaki 250 g, marchew gotowana 200 g Kompot 250 ml	Barszcz czerwony 300 (1,3, 9) Pulpet wieprzowy (1,3,7)w sosie własnym130/150 (1,7) ziemniaki 250 g, marchew gotowana 200 Kompot 250 ml	Barszcz czerwony 300 (9,3,1) Pulpet wieprzowy (1,3,7)w sosie własnym130/150 (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200g, jabłko 1 szt 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, marchew gotowana 200 kompot 250

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy jogurt (7)***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) szynka drobiowa 50g, sałata z pomidorem i siemieniem lnianym 70g	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7)szynka domowa 50g pomidor 70g	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) , szynka drobiowa 50g sałata z pomidorem i siemieniem lnianym 70g.	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) , Szynka drobiowa 50g polędwica wp 30g pomidor 70g.	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) szynka drobiowa 50g pomidor b/z skórki 70g.

II kolacja: Sałatka ryżowa 100 g (3,9,10)

Energia : 2581.11 kcal; Białko ogółem: 108.71 g; Tłuszcz: 102.97 g; Węglowodany ogółem: 343.67 g; Witamina C: 247.90 mg; Wapń: 985.06 mg; Sód: 5347.57 mg; Żelazo: 15.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.84 g; Cholesterol: 281.93 mg; Błonnik pokarmowy: 41.14 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

19.07.2024 piątek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa mleczna z płatkami300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) ser biały 70 g (7) ,sałatka z pomidora z nasionami słonecznika 70 g,	Zupa mleczna z płatkami300ml (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 płatkami300ml (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 bez skórki z natką pietruszki70

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jabłko1 szt**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Kotlet rybny 130g,(1,4,3) , , ziemniaki 250 g sos grecki200g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Pulpet rybny 130g,(1,4,3) ziemniaki 250 g , sos grecki 200g g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Kotlet rybny 130g,(1,4,3) ziemniaki 250 g , sos grecki 200g kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 150 g Kompot b/z cukru	Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9 Ryba pieczona 130g,(1,4) sos grecki 200g , ziemniaki 250 g g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9 Pulpet rybny 130g,(1,4,3) sos grecki 200g g kompot 250 ml

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7)pasztet 70 g , sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki z koperkiem 70g	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) pasztet 70 g, pomidor 70g	Herbata 250 Chleb razowy 110(1) Masło 15(7)sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki z koperkiem 70g, 7)pasztet 70 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) ser biały 30 , pasztet 70 g pomidor 70g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) polędwica 50 g , pomidor 70g b/z skórki

II KOLACA – mus owocowo-warzywny 1 szt

Energia : 2766.78 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 119.18 g; Węglowodany ogółem: 368.99 g; Witamina C: 254.80 mg; Wapń: 616.56 mg; Sód: 4915.28 mg; Żelazo: 14.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.04 g; Cholesterol: 396.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.73 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

20.07.2024 sobota

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogatobiałkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 7,1) Masło 15 (7) Chleb baltonowski-kroj 120 (1) kiełbasa krakowska 50 g ogórek konserwowy 70 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 7,1) Masło 15 (7) Chleb baltonowski - kroj 110 (1) Polędwica z koperkiem 50 g dżem 25g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 7,1) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) Polędwica z koperkiem 50 g ogórek konserwowy 70 g,	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 7,1) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne)110 (1) Polędwica z koperkiem 50 g dżem 25 g ,twarożek 30 g	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 7,1) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1) Polędwica z koperkiem 50 g) dżem 25 g

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9) Schab duszony 130g,(1,3,7) ziemniaki250 g, marchew gotowana 200 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9) Schab gotowany 130g, sos pietruszkowy 100(1,7), ziemniaki250 g, marchew gotowana 200 Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9) Schab gotowany 130g, sos pietruszkowy 100, (1,7)ziemniaki250 g, cukinia z ziołami 150g surówka z marchwi i jabłka z olejem rzepakowym 150 g kompot b/zcukru250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Schab gotowany 130g, sos pietruszkowy 100(1,7), ziemniaki250 g , marchew gotowana 200g Kompot 250	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Schab gotowany 130g, sos pietruszkowy 100, ziemniaki250 g, marchew gotowana 200g Kompot 250

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy sok pomidorowy 200 ml***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Chleb baltonowski - kroj. 110(1) Masło 15(7) szynkowa wp 50 g pomidor 70g	Herbata 250 Chleb baltonowski - kroj. 110(1) Masło 15 szynkowa wp 50 g , pomidor 70 g.	Herbata b/z cukru 250 Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) szynkowa wp 50 g pomidor 70 g.	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7) szynkowa wp 50 g pomidor 70 g.	Herbata 250 Kawiorek (pszenne)110 (1) 110(1) Masło 15(7) szynkowa wp 50 g pomidor 70 g b/z skórki

II kolacja – jogurt 150 g (7)

Energia : 2522.02 kcal; Białko ogółem: 105.38 g; Tłuszcz: 120.88 g; Węglowodany ogółem: 288.07 g; Witamina C: 202.29 mg; Wapń: 711.89 mg; Sód: 2883.88 mg; Żelazo: 14.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.55 g; Cholesterol: 307.54 mg; Błonnik pokarmowy: 35.38 g