

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

21.01.2024 niedziela

<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 kaszą 300 (1,7,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówka na ciepło 70 g, ketchup 20 g(9) pomidor 70	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Parówka na ciepło 70g, ketchup 20 g (9) dżem 25 g pomidor 70,	Herbata 250 b/z cukru Zupa mleczna z kaszą i 300 (1,7,) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Parowka na ciepło 70 g, ketchup 20 g (9) Pomidor 70	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1)Parowka na ciepło 70 g, ketchup 20 g (9) (7) dżem 25 pomidor 70,	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (polędwica dr 50 g dżem 25 pomidor 70,

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>
Rosół z ryżem300 (, 9) Filet duszony 130, sos naturalny 150 ml (1,7)g, ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Rosół z ryżem300 (, 9) Filet duszony 130g, sos naturalny 150(1,7), ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Rosół z ryżem300 (, 9) Filet duszony 130g, sos naturalny 150(1,7), ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot 250 ml	Rosół z ryżem 300 (, 9) Filet gotowany 130g, sos śmietanowy 150(1,7), ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Rosół z ryżem 300 (9) Filet gotowany 130g, sos mleczny 150(1,7), g, 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 pomidor 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 pomidor 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- jogurt nat 150 ml (7)

Wartości odżywcze: Energia: 2180.77 kcal; Białko ogółem: 68.00 g; Tłuszcz: 81.27 g; Węglowodany ogółem: 266.66 g; Witamina C: 64.13 mg; Wapń: 696.22 mg; Sód: 2806.21 mg; Żelazo: 7.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Cholesterol: 139.41 mg; Błonnik pokarmowy: 22.01 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

22.01.2024 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) Pieczywo mieszane 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g , marmolada 25g rzodkiewka 50,	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 25, jabłko 150 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 rzodkiewka 50,	Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatami 300 (1,7) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g g twarożek 30 marmolada 25	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

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 makaronem 300 (9,1, 3) Kotlet mielony 130 g , (1,3)ziemniaki250, kapusta biała gotowana 200 Kompot 250 ml	, Pomidorowa z makaronem (9,1,3)300 Rolada z mięsa mielonego 130(1,3) sos pietruszkowy 150 (1,7)ziemniaki 250 g, marchew got 200 g g kompot 250 ml ,	Pomidorowa z makaronem 1,3 (,9) 300 Rolada z mięsa mielonego 130(1,3) ziemniaki 250 g, kapusta biała gotowana 200 grejfrut1/2 szt kompot 250 ml b/z cukru	Pomidorowa z makaronem 1,3 (,9)300 Rolada z mięsa mielonego 130(1,3) sos pietruszkowy 150 (1,7)ziemniaki 250 g, marchew got 200 g kompot 250 ml	Pomidorowa z makaronem (1,3 ,9)300Rolada z mięsa mielonego 130(1,3)sos pietruszkowy 150 (1,7) 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 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) ser topiony 50(7) leczo warzywne 100	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 leczo warzywne 100 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g leczo warzywne 100	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 ,polędwica 30 g leczo warzywne 100	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g jarzyny z wody 100 g

II kolacja: sałatka ryżowa z nasionami słonecznika 100g

Energia : 2014.86 kcal; Białko ogółem: 69.13 g; Tłuszcz: 87.40 g; Węglowodany ogółem: 258.10 g; Witamina C: 128.37 mg; Wapń: 472.17 mg; Sód: 6627.32 mg; Żelazo: 9.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.38 g; Cholesterol: 478.60 mg; Błonnik pokarmowy: 21.49 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

23.01.2024 wtorek

<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 mianą300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) jajko 1 szt,(3) pomidor 50 ,	Zupa mleczna z mianą300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) jajko 1 szt, (3)pomidor 70 g ,rospunka 30	Zupa mleczna mianą 300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 120 jajko 1 szt, (3)pomidor 70 g ,rospunka 30	Zupa mleczna z mianą300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1)jajko 1 szt, (3)pomidor70g rospunka 30 70(7)wędlina 20 g,	Zupa mleczna z mianą 300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) pasta z białka 70 g (1) (3)pomidor 70g rospunka 30 70(7)

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

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa jarzynowa 300 (1,7, 9) Gzik ze szczypiorkiem 150 (7) ziemniaki 250 g jabłko150 g kompot 250 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9) Gzik 150,(7) ziemniaki 250 g jabłko 150 g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9) Gzik 150,(7) ziemniaki 250 g, jabłko 150 g kompot b/z cukru	Zupa jarzynowa (1,7,9) Gzik 150,(7) ziemniaki 250 g jabłko 150 g kompot 250 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9) Gzik 150,(7) ziemniaki 250 g jabłko gotowane 150 g Kompot 250 ml

kolacja podwieczerek cukrzycowy kefir 150 (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) galart rybny z warzywami 100 (4,9)g cytryna 20 30(7), pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)) galart rybny z warzywami 100 (4,9)g cytryna 20 , pomidor 70	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) galart rybny z warzywami 100 g(4,9) cytryna 20 , pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) galart rybny z warzywami 100 g(4,9) cytryna 20 , pomidor 70 Wędlina 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) galart rybny z warzywami 100 g (4,9) cytryna 20 , pomidor 70 , pomidor 70 b/z skórki

II kolacja: sok pomidorowy 200ml

Wartości odżywcze: Energia : 2231.56 kcal; Białko ogółem: 59.28 g; Tłuszcz: 81.27 g; Węglowodany ogółem: 266.66 g; Witamina C: 64.13 mg; Wapń: 696.22 mg; Sód: 2806.21 mg; Żelazo: 7.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; Cholesterol: 139.41 mg; Błonnik pokarmowy: 22.01 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

24.01.2024 środa

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) szynka konserwowa 50 g ogórek kiszony 70 g,	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1)szynka konserwowa 50 g pomidor 70 ,	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1)szynka konserwowa 50 g ogórek kiszony 70,	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,.3) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynka konserwowa 50 g twarożek 30 pomidor 70	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1 szynka konserwowa 50 g) pomidor 70 b/z skórki

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt**

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa żurek 300(1,7, 9) Wątróbka z cebulką 130 g(1) ziemniaki 250 , kapusta kiszona gotowana 200 g Kompot 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9) Parówka w sosie pomidorowym 130/150(1,7), ziemniaki 250, bukiet z warzyw 200 g Kompot 250 ml	Zupa żurek 300(1,7, 9) Parówka w sosie pomidorowym 130/150(1,7), ziemniaki 250, bukiet z warzyw 200, kapusta kiszona gotowana 200 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9) Parówka w sosie pomidorowym 130/150(1,7), ziemniaki 250, bukiet z warzyw 200 Kompot 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9) Parówka w sosie pomidorowym 130/150(1,7) , ziemniaki 250, jarzyny z wody (9) 200 Kompot 250 ml

kolacja

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

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka drobiowa 50 papryka konserwowa 70 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka drobiowa 50 , marmolada 25,	Herbata 250 Pieczywo razowe 110(1) Masło 15g szynka drobiowa 50 papryka konserwowa 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka drobiowa 50 marmolada 25,	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) szynka drobiowa 50 marmolada 25, sałata 30

II kolacja: twarożek z zieloną 100 g (7)

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

26.01.2024 PIĄTEK

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110g (1) jajko 1 szt (3) marmolada 25 g ,pomidor 70 g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110g (1) jajko 1 szt (3) marmolada 25 g ,pomidor 70 g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 jajko 1 szt(3) wędlna 25 g ,pomidor 70 g ,	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110g (1) jajko 1 szt (3) Wędlna 50 g 25 g ,pomidor 70 g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110 g(1) pasta z białka 70 (3) marmolada 25 g ,pomidor 70 g

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt**

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Kotlet rybny pieczony 130 (1,7,4) ziemniaki 250 g surówka z modrej kapusty z olejem roślinnym 150 Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) kotlet rybny gotowany 130 (7) sos cytrynowy 150 ml(1,7)ziemniaki 250 g, szpinak 200 g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) kotlet rybny gotowany 130 (7) sos cytrynowy 150 ml(1,7)ziemniaki 250 g, szpinak 200 g surówka z modrej kapusty z olejem roślinnym 150 g Kompot b/z cukru	Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9 kotlet rybny gotowany 130 (7) sos cytrynowy 150 ml(1,7)ziemniaki 250 g, szpinak 200 kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) kotlet rybny gotowany 130 (7) sos cytrynowy 150 ml(1,7)ziemniaki i 250 g, szpinak 200 g kompot 250 ml

kolacja

podwieczerek
cukrzycowy manna
b /z cukru(1,7)

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g (7), papryka 70, sałata 30	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) twarożek z zieleniną 70 g (7) pomidor 70 sałata 30	Herbata 250 Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g (7), papryka 70, sałata 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) twarożek z zieleniną 70 g (7) pomidor 70 sałata 30 wędlna 30	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) twarożek z zieleniną 70 g (7) pomidor 70 sałata 30

II kolacja :sałatka jarzynowa 150 g(,3,10,9)

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

Jadłospis Ludwikowo /Poznań

27.01.2024 sobota

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Pasta drobiowo-jarzynowa 70 (9) pomidor 70,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Pasta drobiowo-jarzynowa 70 (9) pomidor 70,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Pasta drobiowo-jarzynowa 70 (9) 70 (3 pomidor 70,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Pasta drobiowo-jarzynowa 70 (9) pomidor 70,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(7,1,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Pasta drobiowo-jarzynowa 70 (9) pomidor 70,

Obiad

śniadanie 2 cukrzycowe kiwi 1 szt

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Zupa pieczarkowa z makaronem 300 (1,3,9) Gulasz wieprzowy 130 /150) sos k naturalny (1), surówka z kapusty pekińskiej z soczewicą 150 g ziemniaki250, Kompot 250 ml	Zupa dyniowa z makaronem 300 (1,3,9) Gulasz wieprzowy 130 /150) sos koperkowy (1,7) ziemniaki250, brokuł200 g ,kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 300 (1,7, 9) Gulasz wieprzowy 130 /150) sos k naturalny (1), surówka z kapusty pekińskiej z soczewicą 150 g ziemniaki250, brokuł 200g 1szt,kompot 250ml b/ cukru	Zupa dyniowa z makaronem 300 (,1,93) Gulasz z żołądków dr 100/150 sos (1,7) ziemniaki250 , brokuł 200 g kompot 250ml	Zupa dyniowa z makaronem 300 (1,3,9) Gulasz z żołądków dr 100/150 sos mleczny (1,7) ziemniaki250 sałata z jogurtem 150 g ,kompot 250ml

kolacja

podwieczorek cukrzycowy budyń b/z cukru (1,7)

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) papryka konserwowa 70 g ogórek 30 Ser żółty 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) papryka konserwowa 70 g ogórek 30 Ser żółty 50	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica z koperkiem 50 pomidor 70 , sałata 30szynka dr 20 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica z koperkiem 50 g pomidor 70 ,sałata 30

II kolacja: sok pomidorowy 200ml

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

28 .01.2024 niedziela

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110g (1) kielbasa krakowska 50 g, ogórek konserwowy 70g ,	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (1) Masło 15g (7) Pieczywo mieszane 110g (1) kielbasa krakowska 50 g,	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) kielbasa krakowska 50 g, ogórek konserwowy 70g ,	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110g (1) g kielbasa krakowska 50 g , wędlina wp 20 g,	Kawa mleczna 250 (7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Pieczywo pszenne 110 g (1) kielbasa krakowska 50 g,

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

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130g sos naturalny 150ml (1,7) ziemniaki 250 , surówka z białej kapusty z olejem roślinnym 150 g Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130g sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g marchewka gotowana 200 g) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130, sos biały 150 ml(1,7) ziemniaki 250 g surówka z białej kapusty z olejem roślinnym 150 g ,jabłko 150 g kompot 250 ml b/z cukru	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130, sos biały 150 ml(1, 7) ziemniaki 250 g marchewka 200g Kompot 250	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130, sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g marchewka gotowana 200 g Kompot 250 ml

kolacja **podwieczorek cukrzycowy owoc**

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7) polędwica 50 , sałata 30 , bukiet warzyw 70 g	Herbata 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7) ,polędwica 50 sałata 30 g bukiet warzyw 70 g	Herbata b/z cukru 250 ml Pieczywo mieszane 110g(1) Masło 15g(7) ,polędwica 50 sałata 30 g bukiet warzyw 70 g	Herbata 250ml Pieczywo pszenne 110g(1) Masło 15(g7) Dżem 25 g ,polędwica 70 sałata 30 g bukiet warzyw 70 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110g(1) Masło 15g(7) Polędwica drobiowa 50g sałata 30 jarzyny z wody 70 g

--	--	--	--	--

II kolacja : twarózek owocowy 100 (7)

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

29 .01.2024 poniedziałek

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Szynka domowa 50 g, pasta z soczewicy 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) Szynka domowa 50 sałatka z pomidora i rukoli 100g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Szynka domowa 50 pasta z soczewicy 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) Szynka domowa 50 sałatka z pomidora i rukoli 100g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1)) Szynka domowa 50 sałatka z pomidora b/z skórki i rukoli 100g

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe sok pomidorowy 150**

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Barszcz czerwony z makaronem 300 (1,7, 9,3) Kurczak pieczony 130 g Ziemniaki 250 g, surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 150 g kompot 250 ml	Barszcz czerwony z makaronem 300 (1,7, 9,3) Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150(1,7) Ziemniaki250 g, surówka z marchwi i jabłka z olejem roślinnym 150 g .kompot 250	, Barszcz czerwony z makaronem razowym 300 (1,7, 9,3) Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150(1,7) ziemniaki 250surówka z marchwi i jabłka z oleje m roślinnym 150 g brokuł 200 g kompot 250ml b/ cukru	Barszcz czerwony z makaronem 300 (1,7, 9 Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150 (1,7) ziemniaki 250g, surówka z marchwi i jabłka 150 g kompot 250ml	Barszcz czerwony z makaronem 300 (1,7, 9 Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150(1,7) Ziemniaki250, seler gotowana 200 g ,kompot 250ml

kolacja **podwieczerek cukrzycowy jabłko 1 szt**

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogatobiałkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) sałatka z selera 100 g Polędwica z warzywami 50 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)polędwica z warzywami 50 g sałatka z selera 100 g	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) Polędwica z warzywami 50 g sałatka z selera 100 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica z warzywami 50 g szynka dr 20 g sałatka z selera 100 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica drobiowa 50 g marmolada 25pomidor 100 g

--	--	--	--	--

II kolacja: jogurt nat 150 g

Energia : 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

30.01.2024 wtorek

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) ser żółty 50 g (7) papryka 70	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1) twaróg z zielenią 70 (7) pomidor 70	Kakao b/z cukru 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) twaróg z zielenią 70 (7) papryka 70	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1), szynkowa 50 g , twaróg z zielenią 70 (7) pomidor 70	Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1 g p twaróg z zielenią 70 (7) pomidor 70

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) Pierogi ruskie 300g (1,3,7) Surówka z kiszanej kapusty z olejem roślinnym 150 g Kompot 250 ml,	Zupa jarzynowa 300 (,7, 9) Pierogi z truskawkami 300 g (1,3) , mandarynka 70 g Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 (,7, 9) Pierogi ruskie 300g (1,3,7) g (1) Surówka z kiszanej kapusty z olejem roślinnym 150 g ,mandarynka 70 h kompot 250 ml b/z cukru ,	Zupa jarzynowa 300 (1,7, 9) Pierogi z truskawkami 300 g (1,3), mandarynka 70 g kompot 250 ml	Zupa jarzynowa 300 (1,7, 9) Pierogi z truskawkami 300 g (1,3) mus owocowy 100 g kompot 250

kolacja **podwieczerek**
cukrzycowy kisiel
200 g

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7)szynka domowa 50 , dżem 25 sałata 30 g	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50, dżem 25 sałata 30 ,	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) ,szynka domowa 50 , pomidor 70 sałata 30 g	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50 jajko 1 szt, sałata	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) , szynka domowa 50 , dżem 25g sałata 20 g

II kolacja: wafle ryżowe 15 g

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 /

31.01.2024 środa

<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) Szynka 50 g , rzodkiewka 70 , sałata 25	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą300 (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo mieszane 110 (1)szynka 50 g pomidor 50 miód 25	Herbata 250 b/z cukru Zupa mleczna z kaszą 300 (7,1) Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) szynka 50 g , sałata 25 rzodkiewka 70	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą 300 (1, 7,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 (1) szynka 50 g pomidor 50 twarożek . 30 g (7) miód 25	Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą 300 (1,7,) Masło 15 (7) Pieczywo pszenne 110 szynka 50 g 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) Roladka z warzywami duszona 130 g sos naturalny 150 g(1), ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 (,7, 9) Roladka z warzywami duszona 130 g (9) sos naturalny 150 g(1), ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 (,7, 9 Roladka z warzywami duszona 130 g (9) sos naturalny 150 g(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) Roladka z warzywami duszona 130 g (9) sos naturalny 150 g(1), g,(1) ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 (,7, 9) zi Roladka z warzywami duszona 130 g (9) sos naturalny 150 g(1), emniaki 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) Polędwica z warzywami 50 ogórek zielony 70	Herbata 250 Pieczywo mieszane 110(1) Masło 15(7) polędwica z warzywami 50 Pomidor 70	Herbata 250 b/z cukru Pieczywo razowe 110(1) Masło 15(7) Polędwica z warzywami 50 ogórek zielony 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) Polędwica z warzywami 70 pomidor 70	Herbata 250 Pieczywo pszenne 110(1) Masło 15(7) polędwica drobiowa 50 pomidor 70
---	--	---	---	--

II kolacja ciasto jagodowe FIT b/z cukowe 1 szt

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