Jadłospis Ludwikowo/Poznań

11.05.2024 sobota

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) Kiełbasa krakowska 50 g marmolada 25 g ,	Zupa mleczna z płatkami300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Kiełbasa krakowska 50 g dżem 25g	Zupa mleczna z płatkami300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Chleb razowy 110 Kiełbasa krakowska 50 g Sałatka z ogórka kiszonego 50 g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1) Kiełbasa krakowska 50 g szynka dr 20 g dżem 25g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek(pszenne) 110 g(1) Kiełbasa krakowska 50 g dżem 25 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) Kotlet mielony 130 (1,3,7) surówka wielowarzywna z olejem roślinnym 150 Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Pulpet (1,3,7) sos koperkowy 150 ml(1,7)ziemniaki 250 g, bukiet warzyw 200 g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Pulpet (1,3,7) sos koperkowy 150 ml(1,7 ml(1,7)szpinak 200 surówka wielowarzywna olejem roślinnym 150 g Kompot b/z cukru	Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9 Pulpet (1,3,7) sos koperkowy 150 ml(1,7 ml(1,7)ziemniaki 250 g, bukiet warzyw 200 g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Pulpet (1,3,7) sos koperkowy 150 ml(1,7 ml(1,7)ziemniaki 250 g, jarzyny z wody 200 g kompot 250 ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy kaszka 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)twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g (7) , papryka 70,	Herbata 250 chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15(7) twarożek z zieleniną 70 g (7) pomidor 70	Herbata 250 Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g (7) , papryka 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) twarożek z zieleniną 70 g (7) pomidor 70wędlina 30	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7)twarożek z zieleniną 70 g (7) pomidor 70

II kolacja :sałatka jarzynowa 100 g (3,9,10)

Energia : 2251.54 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 72.58 g; Węglowodany ogółem: 341.67 g; Witamina C: 85.58 mg; Wapń: 641.45 mg; Sód: 3544.09 mg; Żelazo: 10.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.26 g; Cholesterol: 330.01 mg; Błonnik pokarmowy: 27.74 g

Jadłospis Ludwikowo /Poznań

12.05.2024 niedziela

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogatobiałkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszką manną250(7,1,) Masło 15 (7) chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 70 (3) pomidor 70,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszką manną 250(7,1,) Masło 15 (7)chleb baltonowski –kroj. 110 (1)) pasta jajeczna z zieleniną 70 g pomidor 70,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszką manną250(7,1,) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 70 (3 pomidor 70,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszką manną250(7,1,) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1)pomidor 70, Pasta z jaj 70 Szynka dr 50	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszką manną 250(7,1,) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1) pasta z białka jaja z zieleniną 70 g pomidor bez skórki 70

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe kiwi 1 szt**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 (1, 3,9) Gulasz DROBIOWY 130/150)sos koperkowy (1,7) ziemniaki250, brokuł 200 g ,kompot 250ml	Zupa dyniowa z ryżem 300 (1,3,9)Gulasz DROBIOWY 130/150)sos koperkowy (1,7) ziemniaki250, brokuł 200 g ,kompot 250ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9)Gulasz DROBIOWY 130 /150)sos k naturalny (1), surówka z kapusty pekińskiej z soczewicą 150 g ziemniaki250, brokuł 200g,kompot 250ml b/ cukru	Zupa dyniowa z ryżem 300 (,1,93) Gulasz z DROBIOWY 100/150 sos (1,7)ziemniaki250 , brokuł 200 g kompot 250ml	Zupa dyniowa z ryżem 300 (1,3,9) Gulasz DROBIOWY 100/150 sos koperkowy (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 bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15(7 polędwica 50 g ogórek 30	Herbata 250 ,chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15(7)polędwica 50 g pomidor 70	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110 (1) Masło 15(7) polędwica 50 g pomidor 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) (1)110 Masło 15(7)polędwica z koperkiem 50 pomidor 70 , sałata 30szynka dr 20 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7)polędwica z koperkiem 50 g pomidor bez skórki 70

II kolacja: sok warzywny 200ml

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

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

13.05.2024 poniedziałek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogatobiałkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7)chleb baltonowski –kroj. 110 (1))pasztetowa 50 g, ogórek konserwowy 70g ,sałata 30	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (1) Masło 15g (7) chleb baltonowski –kroj. 110 (1) polędwica dr 50 Jabłko 150 g	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) polędwica dr 50 ogórek konserwowy 70g ,sałata 30	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1) g polędwica dr 50 , wędlina wp 20 g, jabłko 150 g	Kawa mleczna 250 (7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110 g (1) polędwica dr 50 Jabłko got 150 g

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (1,7, 9) Pieczeń rzymska 130g(1,3,7) sos biały 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 (1,3,7) 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,(1,3,7) sos biały 150 ml(1,7) ziemniaki 250 gsurówka 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, (1,3,7) sos biały 150 ml1,7) ziemniaki 250 g marchewka 200g Kompot 250	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9 Pieczeń rzymska 130,(1,3,7) sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g marchewka gotowana 200 g Kompot 250 ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy pomarańcza 1 szt***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 ml chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15g(7) polędwica wp. 50 , sałata 30, pomidor 50	Herbata 250 ml , chleb baltonowski – kroj. 110 (1) Masło 15g(7 ,polędwica wp.. 50 sałata 30 g pomidor 50	Herbata b/z cukru 250 ml Chleb razowy 110g(1) Masło 15g(7) ,polędwica wp. 50 sałata 30 g pomidor 50	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g(1) Masło 15(g7) Dżem 25 g ,polędwica dr 70 sałata 30 g pomidor 50	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110g(1) Masło 15g(7) Polędwica drobiowa 50g sałata 30 pomidor bez skórki 50

II kolacja : twarożek owocowy 100

Energia : 2189.72 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 98.35 g; Węglowodany ogółem: 238.11 g; Witamina C: 97.19 mg; Wapń: 1059.11 mg; Sód: 3346.24 mg; Żelazo: 13.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.32 g; Cholesterol: 695.03 mg; Błonnik pokarmowy: 26.96 g

Jadłospis Ludwikowo /Poznań

14.05.2024 wtorek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogatobiałkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszką250(7,1) Masło 15 (7) chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Szynka domowa 50 rukola30, pasta z soczewicy 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszką250(7,1) Masło 15 (7) chleb baltonowski –kroj. 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) Chleb razowy 110 (1) Szynka domowa 50 rukola 30 pasta z soczewicy 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(7,1) Masło 15 (7) Kawiorek (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) Kawiorek (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 bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Barszcz czerwony z ziemniakami 300 (1,7, 9,3) Kurczak pieczony 130 g Ziemniaki 250 g, marchew gotowana 200 g kompot 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 (1,7, 9 ,3 Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150(1,7) Ziemniaki250 g marchew gotowana 150 g .kompot 250	, Barszcz czerwony z ziemniakami 300 (1,7, 9,3) Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150(1,7) ziemniaki 250 200 g jarzyny z wody 200 g kompot 250ml b/ cukru kiwi 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 (1,7, 9 Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150 (1,7) ziemniaki 250g, marchew gotowana 200 g kompot 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 (1,7, 9 Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150(1,7) Ziemniaki250, marchew gotowana 200 g ,kompot 250ml

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) sałatka z pomidora 100 g Polędwica z warzywami 50 g	Herbata 250 , chleb , baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15(7)polędwica z warzywami 50 g sałatka z pomidora 100 g	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) Polędwica z warzywami 50 g sałatka z pomidora 100 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) polędwica z warzywami 50g szynka dr 20 g sałatka z pomidora 100 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) polędwica drobiowa 50 g sałatka z pomidora bez skórki 700

II kolacja: jogurt naturalny 150 g

Energia : 2378.47 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 114.05 g; Węglowodany ogółem: 274.32 g; Witamina C: 151.16 mg; Wapń: 764.69 mg; Sód: 9831.99 mg; Żelazo: 12.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.63 g; Cholesterol: 340.39 mg; Błonnik pokarmowy: 35.54 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

15.05.2024 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)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) szynka konserwowa 50 g ogórek ziel 70, roszpunka 30	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1))szynka konserwowa 50 g pomidor 70 roszpunka 30	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1)szynka konserwowa 50 g ogórek zielony 70 roszpunka 30	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7)Kawiorek (pszenne) 110 (1), szynka konserwowa 50 g twarożek 30 pomidor 50 roszpunka 30	Zupa mleczna z makaronem 300 (7,1,3) Herbata 250 Masło 15 (7)Kawiorek (pszenne) 110 (1), szynka konserwowa 50 g) pomidor 70 roszpunka 30 b/z skórki

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Barszcz ukraiński z fasolą (1,7, 9)) Makaron w sosie bolońskim 300g (1,7,3,9) , bukiet z warzyw 200 z ziołami g Kompot 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9) Makaron w sosie bolońskim 300g (1,7,3,9) , bukiet z warzyw 200 z ziołami g Kompot 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami (1,7, 9) 250, Makaron razowy w sosie bolońskim 300g (1,7,3,9) , bukiet z warzyw 200 z ziołami , Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9) Makaron w sosie bolońskim 300g (1,7,3,9) , , bukiet warzyw z ziołami 200 Kompot 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9) Makaron w sosie bolońskim 300g (1,7,3,9) , jarzyny z wody (9) 200 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) ser żółty 50(7) papryka 70 g	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 g , papryka 70	Herbata 250 Chleb razowy 110(1) Masło 15g kiełbasa krakowska dr 50 g Papryka 70	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 pomidor bez skórki 70

II kolacja: sok warzywny 200 ml

Energia : 2024.94 kcal; Białko ogółem: 78.14 g; Tłuszcz: 81.04 g; Węglowodany ogółem: 279.94 g; Witamina C: 236.57 mg; Wapń: 562.37 mg; Sód: 2930.24 mg; Żelazo: 12.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.17 g; Cholesterol: 225.99 mg; Błonnik pokarmowy: 35.63 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

16.05 .2024 czwartek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 (1,7) Masło 15 (7) Chleb baltonowski –kroj 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g , rzodkiewka 50,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 (1,7) Masło 15 (7) Chleb baltonowski –kroj 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g jabłko 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 (1,7) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1)Polędwica z warzywami 50 g rzodkiewka 50,	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z płatami owsianymi 300 (1,7) Masło 15 (7) Chleb baltonowski –kroj 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g g twarożek 30 marmolada 25 jabłko 150 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 (1,7) Masło 15 (7) Kawiorek 110 g (1) (pszenny) Polędwica drobiowa 50 g jabłko got 150 g

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Pomidorowa z ryżem 300 (9,9) Roladka drobiowa z warzywami (1,,9,)ziemniaki250, mizeria 200 Kompot 250 ml	, Pomidorowa z ryżem(,9,9)300 Rolada z warzywami 130(1,9) sos pietruszkowy 150 (1,7)ziemniaki 250 g, sałata z jogurtem 200 g kompot 250 ml ,	Pomidorowa z ryżem (9) 300 Rolada z warzywami 130(1,9) ziemniaki 250 g, sałata z jogurtem jabłko 1 szt kompot 250 ml b/z cukru	Pomidorowa z ryżem (,9)300 Rolada z warzywami 130(1,9) sos pietruszkowy 150 (1,7)ziemniaki 250 g, sałata z jogurtem 200 g kompot 250 ml	Pomidorowa z ryżem (,9)300Rolada z warzywami 130(1,9)sos pietruszkowy 150 (1,7) ziemniaki 250 g, sałata z jogurtem 200 g g kompot 250 ml

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Chleb baltonowski –kroj 110 (1) Masło 15(7) ser topiony 50(7) leczo warzywne 100	Herbata 250 Chleb baltonowski –kroj 110 (1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50 leczo warzywne 100 g	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g leczo warzywne 100	Herbata 250 Chleb baltonowski –kroj 110 (1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 ,polędwica 30 g leczo warzywne 100	Herbata 250 Kawiorek 110 (1) (pszenne) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g jarzyny z wody 100 g

II kolacja: sałatka ryżowa z nasionami słonecznika 100g

Energia : 2240.50 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 87.08 g; Węglowodany ogółem: 289.78 g; Witamina C: 123.64 mg; Wapń: 1010.39 mg; Sód: 7270.16 mg; Żelazo: 13.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.38 g; Cholesterol: 508.70 mg; Błonnik pokarmowy: 27.77 g;

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

17.05 .2024 piątek

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) Herbata 250 Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) jajko1 szt (3),pomidor 100 g sałata 30 G	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) Herbata 250 Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) jajko1 szt(3) sałata 30- pomidor 100	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,1) Herbata b/z cukru 250 Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) jajko1 szt(3),pomidor 100	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) Herbata 250 Masło 15 (7)Kawiorek (pszenne)110 (1) Jajko1 szt(3) sałata 30 pomidor 100 wędlina 30	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) herbata 250 Masło 15 (7)Kawiorek (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**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa brokułowa z ziemniakami 300 (1,7,9) , Gzik ze szczypiorkiem 150 (7) ziemniaki 250 g kompot 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 (1,7,9) , Gzik ze szczypiorkiem 150 (7) ziemniaki 250 g kompot 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 (1,7,9) , Gzik ze szczypiorkiem 150 (7) ziemniaki 250 g kompot 250 ml jabłko 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 (1,7,9) , Gzik ze szczypiorkiem 150 (7) ziemniaki 250 g kompot 250 ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300 (1,7,9) , Gzik ze szczypiorkiem 150 (7) ziemniaki 250 g kompot 250 ml ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy mandarynki 2 szt***

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) ser żółty 50 g (7) ogórek zielony 70	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) polędwica 50 Pomidor 70 g ,	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) polędwica 50 ogórek zielony 70	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) , polędwica 50, twarożek 30 (7) Pomidor 70 g	Herbata 250Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) Polędwica 50 g gPomidor 70 g b/z skórki

II KOLACJA -JOGURT 150 G

Energia : 2288.91 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 104.37 g; Węglowodany ogółem: 273.08 g; Witamina C: 80.48 mg; Wapń: 819.25 mg; Sód: 3818.13 mg; Żelazo: 10.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.61 g; Cholesterol: 500.06 mg; Błonnik pokarmowy: 22.84 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

18.05.2024 SOBOTA

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
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 zieleniną 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 zieleniną 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 (1twarożek z zieleniną 70 g (7) pomidor bez skórki 50

Obiad śniadanie 2 cukrzycowe kisiel

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa szpinakowa z ziemniakami300 (1,7, 9) Bitka wieprzowa 130, sos 150(1) kasza jęczmienna 250 g,(1) sałatka z buraczka i cebuli z olejem rzepakowym g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Bitka wieprzowa 130 / sos naturalny 130 g(1) kasza jęczmienna 250 g,(1) buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa ziemniakami 300 1(,7, 9) Bitka wieprzowa 130 / sos naturalny 130 g(1) kasza jęczmienna 250 g(1), buraczki gotowane200 g surówka z białej kapusty 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Bitka wieprzowa 130 / sos naturalny 130 g(1) kasza jęczmienna 250 g,(1) buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml	Zupa szpinakowa ziemniakami 300 (1,7, 9) Sztuka mięsa 130 / sos mleczny 150 g,(1,7) ziemniaki 250 g, buraczki gotowane200 g Kompot 250 ml 250 ml

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy wafle ryżowe***

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 papryka 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 Papryka 70 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 -mus warzywno-owocowy 100 g (1 szt)

Energia : 2286.19 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 107.98 g; Węglowodany ogółem: 261.05 g; Witamina C: 149.07 mg; Wapń: 767.52 mg; Sód: 4819.68 mg; Żelazo: 14.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.55 g; Cholesterol: 319.02 mg; Błonnik pokarmowy: 26.91

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

19.05.2024 NIEDZIELA

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

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

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
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 sałata z jogurtem 200 kompot 250

kolacja ***podwieczorek cukrzycowy jabłko 1 szt 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 , 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 domowa 50 jajko 1 szt,	Herbata 250Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) , szynka domowa 50 , dżem 25g

II kolacja : sok pomidorowy 200 ml

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

20.05.2024 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(jabłko)**

Dieta podstawowa	*Dieta łatwo strawna*	*Dieta cukrzycowa*	*Dieta bogato-białkowa*	*Dieta wątrobowa*
Zupa koperkowa z ziemniakami 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa)(1) ziemniaki 250) ,surówka z kiszonej kapusty o olejem rzepakowym 150 g Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa)(1) kalafior 150 g ziemniaki) 250 , Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa)(1) kalafior 150 ziemniaki 250 surówka z kiszonej kapusty 150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Koperkowa z 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa) Ziemniaki 250( ) , kalafior 200 g Kompot 250	Zupa koperkowa z ziemniakami 300(1,7, 9) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa) szpinak 150 g ziemniaki 250 , Kompot 250 ml

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

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 : jogurt naturalny 150 g (7)

Energia : 2065.29 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 67.88 g; Węglowodany ogółem: 298.50 g; Witamina C: 132.85 mg; Wapń: 699.28 mg; Sód: 3467.33 mg; Żelazo: 11.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.73 g; Cholesterol: 348.31 mg; Błonnik pokarmowy: 29.74 g