

Jadłospis Ludwikowo /Poznań

11.08.2024 niedziela

| Dieta podstawowa | Dieta łatwo strawna | Dieta cukrzycowa | Dieta bogatobiałkowa | Dieta wątrobowa |
|---|---|--|---|---|
| Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszką manną 250(7,1,) Masło 15 (7) chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 70g (3) pomidor 70g | 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 70g | Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszką manną 250(7,1,) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 70g (3 pomidor 70g | Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszką manną 250(7,1,) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1) pomidor 70g, Pasta z jaj 70g | 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 70g, |

Obiad **śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt**

| Dieta podstawowa | Dieta łatwo strawna | Dieta cukrzycowa | Dieta bogatobiałkowa | Dieta wątrobowa |
|--|--|---|--|---|
| Zupa pieczarkowa 300 (1, 3,9) Gulasz wieprzowy 130/150 buraczki 200 g kasza 250g, Kompot 250 ml | Zupa dyniowa 300 (1,3,9) Gulasz wieprzowy 130g/150g buraczki 200 g kasza 250g, ,kompot 250ml | Zupa pieczarkowa razowym 300 (1,7, 9)Gulasz wieprzowy 130g /150) buraczki 200 g kasza 250g, Surówka z kapusty białej 150g ,kompot 250ml | Zupa dyniowa 300 (,1,93) Gulasz wieprzowy 130g /150) buraczki 200 g kasza 250g, ,kompot 250ml kompot 250ml | Zupa dyniowa 300 (1,3,9) Gulasz wieprzowy 130g /150), buraczki 200g ,kompot 250ml |

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

| Dieta podstawowa | Dieta łatwo strawna | Dieta cukrzycowa | Dieta bogatobiałkowa | Dieta wątrobowa |
|---|---|---|--|---|
| Herbata 250 chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15(7) papryka konserwowa 70 g polędwica z koperkiem 50 g. | Herbata 250 ,chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15(7) pomidor 70 g polędwica z koperkiem 50 g. | Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110 (1) Masło 15(7) papryka konserwowa 70 g pomidor 70g. | Herbata 250 Kawiorek (pszenne) (1)110 Masło 15(7) polędwica z koperkiem 50g pomidor 70g Twarożek 30g. | Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) polędwica z koperkiem 50 g pomidor bez skórki 70g |

II kolacja: sok warzywny 200ml

Energia : 2504.14 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz: 98.84 g; Węglowodany ogółem: 332.80 g; Witamina C: 143.06 mg; Wapń: 843.19 mg; Sód: 3842.12 mg; Żelazo: 11.88 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.99 g; Cholesterol: 233.01 mg; Błonnik pokarmowy: 29.09 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

12.08.2024 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))pasztet 50 g, ogórek konserwowy 70g ,sałata 30g. | 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 30g. | 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 bogatobiałkowa | 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 ml(1,7) 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 arbuz

| Dieta podstawowa | Dieta łatwo strawna | Dieta cukrzycowa | Dieta bogatobiałkowa | Dieta wątrobowa |
|---|---|---|--|--|
| Herbata 250 ml chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15g(7) polędwica wp. 50 , sałata 30 , pomidor70g. | Herbata 250 ml , chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15g(7) ,polędwica wp.. 50 sałata 30 g pomidor70g. | Herbata b/z cukru 250 ml Chleb razowy 110g(1) Masło 15g(7) ,polędwica wp. 50g sałata 30 g pomidor70g. | Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g(1) Masło 15(g7) Dżem 25 g ,polędwica dr 70 sałata 30 g b pomidor70g. | Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110g(1) Masło 15g(7) Polędwica drobiowa 50g sałata 30 pomidor bez skórki70g |

II kolacja : twarożek(7) 100 g

Energia : 2597.45 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz: 100.86 g; Węglowodany ogółem: 367.95 g; Witamina C: 153.23 mg; Wapń: 859.95 mg; Sód: 6579.82 mg; Żelazo: 13.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.31 g; Cholesterol: 496.02 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g

Jadłospis Ludwikowo /Poznań

13.08.2024 wtorek

| 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) chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Szynka domowa 50 rukola30, pasta z soczewicy 70 g | Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z kaszą 250(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 bogatobiałkowa | Dieta wątrobowa |
|---|--|--|--|---|
| Barszcz czerwony 300 (1,7, 9,3) Kurczak pieczony 130 g Ziemniaki 250 g, marchew z groszkiem 200 g kompot 250 ml | Barszcz czerwony 300 (1,7, 9, 3) Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150(1,7) Ziemniaki250 g, bukiet warzyw 150 g .kompot 250 | , Barszcz czerwony 300 (1,7, 9,3) Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150(1,7) ziemniaki 250 marchew z groszkiem 200 g jarzyny z wody 200 g jabłko gotowane 1 szt kompot 250ml b/ cukru | Barszcz czerwony 300 (1,7, 9) Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150 (1,7) ziemniaki 250g, bukiet warzyw 200 g kompot 250ml | Barszcz czerwony 300 (1,7, 9) Kurczak gotowany 130(sos pietruszkowy150(1,7) Ziemniaki250, seler got. 200 g ,kompot 250ml |

kolacja **podwieczerek cukrzycowy kisiel 1 szt**

| Dieta podstawowa | Dieta łatwo strawna | Dieta cukrzycowa | Dieta bogatobiałkowa | Dieta wątrobowa |
|--|--|--|--|---|
| Herbata 250 , chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15(7) sałatka z buraczka 100 g Polędwica z warzywami 50 g | Herbata 250 , chleb , baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15(7)polędwica z warzywami 50 g sałatka z buraczka 100 g | Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) Polędwica z warzywami 50 g sałatka z buraczka 100 g | Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) polędwica z warzywami 50g szynka dr 20 g sałatka z buraczka 100 g | Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) polędwica drobiowa 50 g sałatka z buraczka 100g |

II kolacja: jogurt nat 150 g

Energia : 2293.78 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 70.46 g; Węglowodany ogółem: 355.08 g; Witamina C: 192.46 mg; Wapń: 540.66 mg; Sód: 2130.69 mg; Żelazo: 11.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.54 g; Cholesterol: 229.68 mg; Błonnik pokarmowy: 28.94 g

Energia : 2575.08 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 97.43 g; Węglowodany ogółem: 360.30 g; Witamina C: 175.52 mg; Wapń: 887.13 mg; Sód: 4245.68 mg; Żelazo: 17.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.33 g; Cholesterol: 463.68 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań /

17.08.2024 SOBOTA

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

Obiad

śniadanie 2 cukrzycowe kisiel

| <i>Dieta podstawowa</i> | <i>Dieta łatwo strawna</i> | <i>Dieta cukrzycowa</i> | <i>Dieta bogato-białkowa</i> | <i>Dieta wątrobowa</i> |
|--|---|--|---|--|
| Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Bitka wieprzowa 130g, 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 130g / sos naturalny 130 g(1) kasza jęczmienna 250 g,(1) buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 1,(7, 9) Bitka wieprzowa 130g / sos naturalny 130 g(1) kasza jęczmienna 250 g(1), buraczki gotowane 200 g surówka z białej kapusty 150 g Kompot 250 ml b/z cukru | Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Bitka wieprzowa 130g / sos naturalny 130 g(1) kasza jęczmienna 250 g,(1) buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Sztuka mięsa 130g / sos mleczny 150 g,(1,7) ziemniaki 250 g, buraczki gotowane 200 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 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50g Pomidor 70g | Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50g Pomidor 70g | Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) Szynka konserwowa 50g Pomidor 70g | Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) Szynka konserwowa 70g pomidor 70 | Herbata 250 Kawiorek(pszenne) 110(1) Masło 15(7) polędwica drobiowa 50g pomidor bez skórki 70g |

II KOLACJA -mus warzywno-owocowy 100 g (1 szt)

Energia : 2092.97 kcal; Białko ogółem: 69.76 g; Tłuszcz: 74.24 g; Węglowodany ogółem: 313.08 g; Witamina C: 115.37 mg; Wapń: 904.06 mg; Sód: 2458.29 mg; Żelazo: 9.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.04 g; Cholesterol: 195.48 mg; Błonnik pokarmowy: 28.53 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

18.08.2024 NIEDZIELA

| <i>Dieta podstawowa</i> | <i>Dieta łatwo strawna</i> | <i>Dieta cukrzycowa</i> | <i>Dieta bogato-białkowa</i> | <i>Dieta wątrobowa</i> |
|---|--|---|---|---|
| Kakao 250(7,1) Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj.110 (1) Parówka cienka 70 ,ketchup(9) 20 g sałatka z ogórka i papryki ze słonecznikiem100g | Kakao 250(7,1) Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) parówka cienka 80g , ketchup(9) 20 g sałata z pomidorem 100 g | Kakao b/z cukru 250(7,1) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) parówka cienka 80g , ketchup (9)20 g sałatka z ogórka i papryki ze słonecznikiem100g | Kakao 250(7,1) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), parówka cienka 80g , ketchup (9)20 sałata z pomidorem 100 g | Kakao 250(7,1) Masło 15 (7)Kawiorek (pszenne) 110 (1), parówka cienka drobiowa 80g , ketchup (9)20 g sałata z pomidorem 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 (1,3) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200g Kompot 250 ml, | Zupa krupnik300 (1, 9) Schab duszony 130, sos własny -lekki 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200g Kompot 250 ml | Zupa krupnik300 (9,1) Schab duszony 130, sos własny -lekki 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g fasolka szparagowa 200 g, szpinak 150 g(7) kompot 250 ml b/z cukru , | Zupa krupnik , 9,1) Schab duszony 130, sos własny -lekki 150 ml (1,7) ziemniaki 250g fasolka szparagowa 200 g kompot 250ml | Zupa krupnik 300 (,1, 9) Schab gotowany130g , sos biały 150ml (1,7) ziemniaki 250 g seler gotowana 200g kompot 250ml |

kolacja **podwieczerek cukrzycowy jabłko 1 szt 150 g**

| <i>Dieta podstawowa</i> | <i>Dieta łatwo strawna</i> | <i>Dieta cukrzycowa</i> | <i>Dieta bogato-białkowa</i> | <i>Dieta wątrobowa</i> |
|---|---|---|--|--|
| Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7)szynka domowa 50 , dżem 25g sałata 20g | Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110(1) Masło 15(7) szynka domowa 50, dżem 25g sałata 20g | Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) ,szynka domowa 50 , sałata 20 Pomidor 70g. | Herbata 250Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) , szynka domowa 50 jajko 1 szt, sałata 20g. | Herbata 250Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) , szynka domowa 50 , dżem 25g sałata 20g |

II kolacja : sok pomidorowy 200 ml

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

19.08.2024 poniedziałek

| <i>Dieta podstawowa</i> | <i>Dieta łatwo strawna</i> | <i>Dieta cukrzycowa</i> | <i>Dieta bogato-białkowa</i> | <i>Dieta wątrobowa</i> |
|--|--|--|---|---|
| Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g , pomidor z rozspunką 70 g | Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g pomidor z rozspunką 70 g | Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) Polędwica z warzywami 50 g pomidor z rozspunką 70 g | Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Polędwica z warzywami 50 g twarożek 30 pomidor z rozspunką 70 g | Kawa mleczna 250 (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 (1,7) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Polędwica drobiowa 50 g pomidor bez skórki z rozspunką 70 g |

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

| <i>Dieta podstawowa</i> | <i>Dieta łatwo strawna</i> | <i>Dieta cukrzycowa</i> | <i>Dieta bogato-białkowa</i> | <i>Dieta wątrobowa</i> |
|--|---|--|---|--|
| Pomidorowa z ryżem 300 (9) Stek z cebulą 130g, (1,3)ziemniaki 250, kapusta biała gotowana 200 Kompot 250 ml | , Pomidorowa z ryżem (,9)300 Pieczeń rzymska 130g Sos ciemny 100ml 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) Sos ciemny 100ml ziemniaki 250 g, kapusta biała gotowana 200 gruszka 1 szt kompot 250 ml b/z cukru | Pomidorowa z ryżem (,9)300 Pieczeń rzymska 130g Sos ciemny 100ml 130(1,3,7)ziemniaki 250 g, marchew got 200 g gpot 250 ml | Pomidorowa z ryżem (,9)300 Pieczeń rzymska 130g Sos ciemny 100ml 130(1,3,7) ziemniaki 250 g, marchew got 200 g kompot 250 ml |

kolacja **podwieczorek cukrzycowy arbuz 150 g**

| <i>Dieta podstawowa</i> | <i>Dieta łatwo strawna</i> | <i>Dieta cukrzycowa</i> | <i>Dieta bogato-białkowa</i> | <i>Dieta wątrobowa</i> |
|---|---|--|---|--|
| Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) ser topiony 50g(7) sałatka z ogórka i pomidora 70 g | Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7)szynka konserwowa 50g 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 | Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) szynka konserwowa 50g ,polędwica 30 g jabłko 150 g | Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) szynka konserwowa 50 g jabłko got 150 g |

II kolacja
– twarożek z zieloną (7) 100g

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

20.08.2024 wtorek

| Dieta podstawowa | Dieta łatwo strawna | Dieta cukrzycowa | Dieta bogato-białkowa | Dieta wątrobowa |
|--|--|---|---|--|
| Zupa mleczna z mianą300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) jajko 1 szt,(3) , sałatka z pomidora z siemę lnianym 100 g | Zupa mleczna z mianą300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) jajko 1 szt, (3) marmolada 25 sałatka z pomidora z zielenią 100 g | Zupa mleczna mianą 300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Chleb razowy 110 jajko 1 szt, (3) wędlina 30 g sałatka z pomidora z siemę lnianym 100 g | Zupa mleczna z mianą300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7)Kawiorek (pszenne) 110 (1), jajko 1 szt, (3)pomidor50g 70(7)wędlina 50 g marmolada 25 sałatka z pomidora z zielenią 100 g , | Zupa mleczna z mianą 300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7)Kawiorek (pszenne) 110 (1), pasta z białka 70 g (1) (7)marmolada 25 sałatka z pomidora z zielenią 100 g |

Obiad

śniadanie 2 cukrzycowe

biszkopty b/z cukrowe 30 g (1,3,7)

| Dieta podstawowa | Dieta łatwo strawna | Dieta cukrzycowa | Dieta bogato-białkowa | Dieta wątrobowa |
|--|--|---|--|--|
| Zupa fasolowa 300 (1, 9) leczo warzywne z cukinią 250g ryż 200 g Kompot 250 ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami (1,7,9,3) leczo warzywne z cukinią 250g ryż 200 g Kompot 250 ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami (1,7,9,3) leczo warzywne z cukinią 250g ryż brązowy 200 g jabłko 1 szt Kompot 250 ml b/z cukru | Zupa szpinakowa z ziemniakami (1,7,9,3) leczo warzywne z cukinią 250g ryż 200 g Kompot 250 ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami (1,7,9,3) leczo warzywne z cukinią 250g ryż 200 g Kompot 250 ml |

kolacja

**podwieczerek
cukrzycowy jogurt
150ml (7)**

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

| | | | | |
|--|--|--|--|--------|
| | | | | skórki |
|--|--|--|--|--------|

II KOLACJA - mus warzywny 100 g

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