

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

21.08.2024 środa

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250ml(Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml (1,7,3) Masło 15g (7)chleb baltonowski krojony 110g (1) twarożek ze szczypiorkiem 70g (7)pomidor 70 g	Herbata 250ml Zupa mleczna z kaszą jęczmienną300ml (1,7,3) Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1 Twarożek z zieleniną70g (7)miód 25g,jabłko 150 g	Herbata 250 b/z cukru Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Chleb razowy110 (1) twarożek ze szczypiorkiem 70g(7) , pomidor 70g	Herbata 250ml Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300 ml(1,7,3) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne 110 (1)twarożek z zieleniną70 g, szynka konserwowa. 30g g(7)miód 25g jabłko 150 g	Herbata 250ml Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300 ml(1,7,3) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1twarożek z zieleniną70 g(7)miód 25g , jabłko got 150 g

śniadanie 2cukrzycowe kisiel 200g

obiad

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Żurek z ziemniakami(1,7, 9)300ml Risotto mięsno- jarzynowe 300g (9) (1,9) surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym i słonecznikiem 150g, kompot 250 ml	Żurek 300 ml(1,7, 9) Risotto mięsno- jarzynowe 300g (1,9)seler gotowana 150 g Kompot 250 ml	Żurek z ziemniakami 300 ml(1,7, 9) Risotto mięsno-jarzynowe 300g(ryż brązowy)(9) 1,3,9),surówka z kapusty białej z olejem rzepakowym i słonecznikiem 150 g , Kompot 250 ml b/z cukru	Żurek zabielany300ml (1,7, 9) Risotto mięsno-jarzynowe 300g (9))(1,9,3)400gseler gotowana 150 g Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami300ml (1,7, 9) Risotto mięsno-jarzynowe 300g (9)pomidorowywęgi erski100ml (1,9),seler gotowana 150 g Kompot 250 ml

kolacja

**Podwieczorek gruszka
1 szt.**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata250 ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g(7) szynka konserwowa50g ogórek kiszony70g ,	Herbata250mlchleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g(7) szynka konserwowa 50g Pomidor 70g	Herbata250b/z cukru Chleb razowy110g(1) Masło 15g(7) Szynka konserwowa 50g Ogórek kiszony 70g	Herbata250ml Kawiorek (pszenne)110g(1) Masło 15g(7) Szynka konserwowa 70g pomidor 70g	Herbata250ml Kawiorek (pszenne) 110g(1) Masło 15(7) połędwica drobiowa 50g pomidor bez skórki 70g

II kolacja: ciastka Fit 1 szt.

Energia : 2539.61 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 107.36 g; Węglowodany ogółem: 335.37 g; Witamina C: 107.23 mg; Wapń: 820.55 mg; Sód: 2903.17 mg; Żelazo: 13.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.15 g; Cholesterol: 628.13 mg; Błonnik pokarmowy: 30.54 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

22 .08.2024 czwartek

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Kakao 250ml (7,1) herbata250ml Masło 15 (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) Parówka na ciepło 70g, ketchup (9)20gogórek konserwowy70g,sałata 30g	Kakao 250ml (7,1) herbata250 ml Masło 15g (7)chleb baltonowski krojony 110g (1) Parówki na ciepło70g, ketchup (9)20g,dżem 25 g sałata 30g	Kakao 250ml (7,1) herbata250 Masło 15 (7) Pieczyworazowe110 (1) Parówki na ciepło70g, ketchup (9)20g ogórek konserwowy 70gsałata 30g	Kakao 250 (7,1) herbata250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne)110 (1), Parówki na ciepło70g, ketchup(9) 20 g dżem 25 g twarożek 30gsałata 30g	Zupa mleczna zryżem300ml (7,)Kawa mleczna 250 ml herbata250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne)110 (1), Parówki drobiowa na ciepło70g, ketchup (9)20gdżem 25 g sałata 30g

śniadanie 2cukrzycowe jabłko 1 szt.

obiad

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Rosół z makaronem 300ml (1,3, 9) Pulpet wieprzowy130 (1,3,7)sos własny 100ml (1,7) ziemniaki 250 g, surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250 ml	Rosół z makaronem300 (1,3, 9) Pulpet wieprzowy (1,3,7)w sosie własnym130g/150ml(1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200g Kompot 250 ml	Bulion rosółowy- czysty 300ml (9 Pulpet wieprzowy (1,3,7)w Sosie własnym /150ml (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak200 surówka z kapusty peki150g Kompot 250 ml b/z cukru	Rosół z makaronem300 (1,7, 9Pulpet wieprzowy130g(1,3,7) sosie własnym150ml (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200g kompot 250 ml	ko Rosół z makaronem300 (1, 3, 9Pulpet wieprzowy gotowany 130g(1,3,7) sos mleczny150ml (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200g kompot 250g

kolacja

**Podwieczorek
cukrzycowy
biszkopty b/z
cukrowe**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata250mlchleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g(7) szynka drobiowa 50g ,pomidor 70g	Herbata250 ml chleb baltonowski krojony 110g (1) 110g (1) Masło 15g(7)szynka domowa 50g pomidor 70g	Herbata250mlb/z cukru Chleb razowy 110g(1) Masło 15g(7) , szynka drobiowa 50g pomidor 70g	Herbata250ml Kawiorek (pszenne)110 (1), Masło 15(7) , Szynka drobiowa50gpolędwica wp. 30 g pomidor 70g	Herbata250 ml Kawiorek (pszenne)110g (1), Masło 15g(7) szynkadrobiowa 50gpomidor b/z skórki 70g

II kolacja: twarożek z zieleniną 100 g(7)

Energia : 2341.42 kcal; Białko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 90.23 g; Węglowodany ogółem: 324.02 g; Witamina C: 223.47 mg; Wapń: 694.66 mg; Sód: 3730.45 mg; Żelazo: 12.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.65 g; Cholesterol: 201.87 mg; Błonnik pokarmowy: 33.89 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

23.08.2024 piątek

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) ser biały 70g (7) sałatka z ogórka zielonego z rzodkiewką i słonecznikiem 70g,	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) ser biały 70g (7) dżem 25g, sałatka z pomidora z natką pietruszki 70g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Chleb razowy 110g ser biały 70g (7) sałatka z ogórka zielonego z rzodkiewką i słonecznikiem 70g	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 pietruszki 70	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1), ser biały 70 g (7) sałatka z pomidora bez skórki z natką pietruszki 70g,

śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt.

obiad

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa ziemniaczana 300 ml (1,7, 9) Kotlet rybny 130g, (1,4) surówka z kiszzonej kapusty 150 g , Sos pomidorowy 100 ml ziemniaki 250 g Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml (1,7, 9) pulpet rybny 130g, (1,4) sos grecki 150 g , ziemniaki 250 g kompot 250ml	Zupa ziemniaczana 300ml (1,7, 9) pulpet rybny 130g, (1,4) sos grecki 150g , Sos pomidorowy 100 ml ziemniaki 250g surówka z kiszzonej kapusty 150g Kompot b/z cukru	Zupa ziemniaczana 300ml (1,7, 9) pulpet rybny 130g, (1,4) sos grecki 150g , ziemniaki 250 g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300ml (1,7, 9) , pulpet rybny 130g, (1,4) sos grecki 150g , ziemniaki 250 g kompot 250 ml

kolacja

**Podwieczorek
Cukrzycowy manna b
/z cukru (1,7)**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g (7) paprykarz domowy 70g (4,9), ogórek kiszony 70g	Herbata 250ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g (7) paprykarz domowy z ryby gotowanej 70 g, pomidor 70g	Herbata 250ml Chleb razowy 110g (1) Masło 15g (7) paprykarz domowy 70 g (4,9), ogórek kiszony 70g	Herbata 250 ml Kawiorek (pszenne) 110g (1), Masło 15g (7) ser biały 30g (7) paprykarz domowy 70g (4,9), pomidor 70g	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g (1), Masło 15g (7) paprykarz domowy 70g (4,9), pomidor 70g b/z skórki

II kolacja – jogurt nat 100ml

Energia : 2018.75 kcal; Białko ogółem: 57.67 g; Tłuszcz: 72.49 g; Węglowodany ogółem: 307.91 g; Witamina C: 95.75 mg; Wapń: 674.92 mg; Sód: 2118.27 mg; Żelazo: 9.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.80 g; Cholesterol: 212.70 mg; Błonnik pokarmowy: 26.01 g

Jadłospis Ludwikowo /Poznań

24.08.2024 sobota

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (7,1) Zupa mleczna z mianą 250ml(7,1) Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) Szynka konserwowa 50g 70(1) pomidor 70g	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (7,1) Zupa mleczna z mianą 250ml(71,) Masło 15g (7)chleb baltonowski krojony 110g (1) Szynka konserwowa 5 g pomidor 70g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(71,) Masło 15g (7) Chleb razowy 11g0 (1) Szynka konserwowa 50 g pomidor 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(71,) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne)110 (1), Szynka konserwowa 50g miód 25 g, sałata 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(71,) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne)110g (1),) Szynka drobiowa 50 g miód 25 g Sałata 30

śniadanie 2 cukrzycowe gruszka 150 g

obiad

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa pieczarkowa 300 (1,3,9) Bigos z młodej kapusty 300g, ziemniaki 250g, Kompot 250 ml	Zupa dyniowa 300 (1,3,9) Gulasz z żołądków dr 100g/150ml w sosie jarzynowym (1,9) ziemniaki 250g, brokuł 200g , kompot 250ml	Zupa pieczarkowa 300ml(1,3, 9) ziemniaki 250g, Gulasz z żołądków dr 100g/150ml w sosie jarzynowym (1,9) ziemniaki 250g brokuł 200g, kompot 250ml b/ cukru	Zupa dyniowa 300ml (,1,3,9) Gulasz z żołądków dr 100g/150ml w sosie jarzynowym (1,9) ziemniaki 250g, brokuł 200 g kompot 250ml	Zupa dyniowa 300ml (1,3,9) Gulasz z żołądków dr 100g/150 ml w sosie jarzynowym (1,9) ziemniaki 250 sałata z jogurtem 150g(7) kompot 250ml

kolacja

**Podwieczorek
Cukrzycowy budyń
b/z cukru (1,7)**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g(7)sałatka z papryki i ogórka z siemieniem lnianym 100g Polędwica z koperkiem 50 g	Herbata 250 ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g(7)polędwica z koperkiem 50g pomidor 70g	Herbata 250 b/z cukru 250 ml Chleb razowy 110g(1) Masło 15g(7) sałatka z papryki i ogórka siemieniem lnianym 100 g Polędwica z koperkiem 50 g	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g (1), Masło 15g(7)polędwica z koperkiem 50g pomidor 70g, szynka dr 20 g	Herbata 250 ml Kawiorek (pszenne)110g (1), Masło 15g(7)polędwica z koperkiem 50 g pomidor bez skórki 70g

II kolacja – sok pomidorowy 1 szt.

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

25.08.2024niedziela

<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(ml7,1)Zupa mleczna z ryżem300ml (7) Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) kiełbasa na ciepło 70g,ketchup20g(9) , dżem 25 g sałatka z pomidora i rozspanki 20g (10) dżem 25 g sałatka z pomidora i rzodkiewki z siemieniem lnianym100g	Kawa mleczna250ml(7,1)Zupa mleczna z ryżem300ml (1) Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) Kiełbasa na ciepło 70g,ketchup20g(9) , dżem 25 g, sałatka z pomidora i rozspanki 100g	Kawa mleczna250ml(7,1)Zupa mleczna z ryżem brązowym 300ml (7) Masło 15g (7) Chleb razowy110g (1)kiełbasa na ciepło 70g, ketchup(9)sałatka z pomidora i rzodkiewki z siemieniem lnianym100g	Kawa mleczna250ml(7,1)Zupa mleczna z ryżem300ml (7) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne)110 (1), g kiełbasa na ciepło 70g poledwica drobiowa 20 g, sałatka z pomidora i rzodkiewki ze słonecznikiem 100 g	Kawa mleczna 250ml (7,1)Zupa mleczna z ryżem300ml (7) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne)110 (1), Kiełbasa dr na ciepło 50g, ketchup (9), dżem 25gsałatka z pomidora i rozspanki 100g

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

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml(1,7, 9) Sztuka mięsa 130g, sos biały 150 ml(1,7) ziemniaki 250g marchewka z groszkiem 200g (1) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami300 ml(1,7, 9)Sztuka mięsa 130g, sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g seler gotowana 200 g(1) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami300ml (1,7, 9)Sztuka mięsa 130,g sos biały 150 ml(1,7) ziemniaki 250 g marchewka z groszkiem200g(1),jabłko 150 g kompot 250 mlb/z cukru	Zupa koperkowa z ziemniakami300ml (1,7, 9)Sztuka mięsa 130g, sos biały 150 ml(1,7) ziemniaki 250 g seler 200g (1) Kompot 250	Zupa koperkowa z ziemniakami300ml (1,7, 9)Sztuka mięsa 130g, sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g seler gotowana 200 g(1) Kompot 250 ml

kolacja

Podwieczorek cukrzycowy arbuz

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata250 ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g(7) leczo z cukinii 100 g poledwica 50g	Herbata250 ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g(7) leczo z cukinii 150 g ,poledwica 50g	Herbata b/z cukru250 ml Chleb razowy110g(1) Masło 15g(7) leczo z cukinii 150 g ,poledwica 50g	Herbata250ml Kawiorek (pszenne)110g (1), Masło 15g(7) leczo z cukinii 150 g ,poledwica 50g	Herbata250 Kawiorek (pszenne)110g (1), Masło 15g(7) leczo z cukinii 150 g ,poledwica 50g

II kolacja-mus owocowo-warzywny 100 g

Energia : 2426.57 kcal; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz: 101.72 g; Węglowodany ogółem: 327.25 g; Witamina C: 180.25 mg; Wapń: 914.78 mg; Sód: 2678.51 mg; Żelazo: 16.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; Cholesterol: 305.66 mg; Błonnik pokarmowy: 35.16 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

26.08.2024 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 ml (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300ml (1,7) Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) Polędwica z warzywami 50g, pomidor 70g	Kawa mleczna 250ml (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300 ml (1,7) Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) Polędwica z warzywami 50g pomidor 70g	Kawa mleczna 250ml (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300ml (1,7) Masło 15g (7) Chleb razowy 110g (1) Polędwica z warzywami 50g pomidor 70g	Kawa mleczna 250 ml (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300ml (1,7) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1), Polędwica z warzywami 50g, twarożek 30g marmolada 25g pomidor 70g	Kawa mleczna 250 ml (7,1) Zupa mleczna z płatkami 300ml (1,7) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1), Polędwica drobiowa 50g pomidor bez skórki 70g

śniadanie 2cukrzycowe: sok warzywny 200ml

obiad

<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 300ml (9) Rolada z mięsa mielonego 130g (1,3) ziemniaki 250g, surówka z modrej kapusty, olejem rzepakowym i słonecznikiem 150g Kompot 250ml	Pomidorowa z ryżem (9) 300 ml Rolada z mięsa mielonego 130g (1,3,7), ziemniaki 250g, marchew gotowana 200g (1) kompot 250 ml	Pomidorowa z ryżem brązowym (9) 300ml Rolada z mięsa mielonego 130g (1,3,7) ziemniaki 250g, surówka z modrej kapusty z olejem rzepakowym i słonecznikiem 150g jabłko 1 szt kompot 250 ml b/z cukru	Pomidorowa z ryżem (9) 300 ml ,Rolada z mięsa mielonego 130g (1,3,7) ziemniaki 250g, marchew gotowana 200g (1) kompot 250 ml	Pomidorowa z ryżem 300ml (9) 300 Rolada z mięsa mielonego 130g (1,3,7) ziemniaki 250g, marchew gotowana 200g (1) kompot 250 ml

kolacja

Podwieczorek cukrzycowy kisiel z tartym jabłkiem

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g (7) sertopiony 50g (7) sałatka z ogórka i pomidora 70g g	Herbata 250ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g (7) szynka konserwowa 50g jabłko 150g	Herbata 250ml b/z cukru Pieczyworazowe 10g (1) Masło 15g (7) szynka konserwowa 5g sałatka z ogórka i pomidora 70g	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g (1), Masło 15g (7) szynka konserwowa 50g , polędwica 30g jabłko 150g	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g (1), Masło 15g (7) szynka konserwowa 50g jabłko gotowane 150g

II kolacja :jogurt 150 ml (7)

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

27.08.2024wtorek

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z ryżem 300ml (7) Herbata 250 ml Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) Jajko 1 szt. (3) pomidor70g ,sałata 30g	Zupa mleczna zryżem300ml (7,) Herbata 250ml Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) Jajko 1 szt.(3) pomidor70g ,sałata 30g	Zupa mleczna zryżembrązowym300 ml(7,) Herbata 250ml Masło 15g (7) Chleb razowy110g (1) jajko 1szt.(3)szynka 20 g sałata 30 g	Zupa mleczna zryżem300ml (7, Herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne)110g (1) szynkakonserwowa30 g jajko1szt.(3) sałata 30g	Zupa mleczna zryżem300ml (7) Herbata 250 ml Masło 15g (7) Kawiorek(pszenne)110g (1) pasta z białka jaj 70 g(33 pomidor 70g b/z skórki sałata30 g

śniadanie 2 cukrzycowejabtko1 szt.

obiad

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Barszcz czerwony zziemniakami300ml(1,7, 9) Makaron z sosem pieczarkowym i mięsem 350g, (1,3,7)surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym150g Kompot 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami300ml(1,7, 9)Makaron z serem i sosem waniliowym 350g (1,3,7) Kompot 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (1,7,9)) Makaron razowy sosem pieczarkowym i mięsem 350g, (1,3,7)surówka z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym150 g Kompot 250 ml b/z cukru	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml(1,7,9))Makaron z serem i sosem waniliowym 350g (1,3,7) Kompot 250 ml	3Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml(1,7,9))Makaron z serem i sosem waniliowym 350g (1,3,7) 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
Herbata250mlchleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g(7) kielbasa krakowska 50gpapryka konserwowa 70 g , sałata 30g	Herbata250ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15(7) kielbasa krakowska dr 50 g, marmolada 25, sałata 30g	Herbata250ml Chleb razowy110(1) Masło 15gkielbasa krakowska dr 50g papryka konserwowa 70g sałata 30g	Herbata250mlml Kawiorek (pszenne) 110g (1) Masło 15g(7) kielbasa krakowska dr 70g marmolada 25g, 30g sałata 30g	Herbata250 ml Kawiorek(pszenne)110g (1) Masło 15g(7) kielbasa krakowska dr 50g marmolada 25g, sałata 30g

II kolacja: owsianka z owocami 1 szt.

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

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

28.08.2024 Środa

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Kakao na mleku 250ml (7,1) herbata 250 ml Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) szynka domowa 50g sałata z pomidorem i siemieniem lnianym 100g	Kakao na mleku 250ml (7,1) herbata 250ml Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) szynka domowa 50g sałata z pomidorem i zieleniną 100g	Kakao na mleku 250ml (7,1) herbata 250 ml Masło 15g (7) Chleb razowy 110g (1) szynka domowa 50g sałata z pomidorem i siemieniem lnianym 100g	Kakao na mleku 250 ml (7,1) herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1) szynka domowa 50g sałata z pomidorem i zieleniną 100g	Kakao na mleku 250ml (7,1) herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1) szynka domowa 50g (9) sałata z pomidorem bez skórki i zieleniną 100g

Śniadanie 2cukrzycowe biszkopty b/z cukru 30 g (1,3,7)

obiad

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Rosół z makaronem 300ml (1,3, 9) Schab panierowany 130g (1,3) ziemniaki 250 g, mizeria 200g (7) Kompot 250 ml	Rosół z makaronem 300ml (1,3, 9) Schabduszony 130g, sos własny 150g (1,7) ziemniaki 250 g, kalafior 200 Kompot 250 ml	Rosół z makaronem razowym 300ml (1,3, 9) Schabduszony 130g Sos własny 150g (1,7) ziemniaki 250g, kalafior 200g mizeria 200g (7) Kompot 250 ml b/z cukru	Rosół z makaronem 300ml (1,3, 9) Schabduszony 130g Sos własny 150g (1,7) ziemniaki 250g, kalafior 200g kompot 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml (1,3, 9) Schab gotowane 130g sos mleczny 150ml (1,7) ziemniaki 250g szpinak 200g kompot 250g

kolacja

Podwieczorek cukrzycowy arbuz (7)

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g (7) szynka drobiowa 50g, sałatka z buraczką z olejem i słonecznikiem 100g	Herbata 250ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g (7) szynka domowa 50g sałatka z buraczką z zieleniną 100g	Herbata 250ml b/z cukru Chleb razowy 110g (1) Masło 15g (7) , szynka drobiowa 50g sałatka z buraczką z olejem i słonecznikiem 100g	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g (1) Masło 15g (7) , Szynka drobiowa 50g południca wp 30 sałatka z buraczką z zieleniną 100g	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g (1) Masło 15g (7) szynka drobiowa 50g sałatka z buraczką z zieleniną 100g

II kolacja: sok pomidorowy 200 ml

Energia : 2392.30 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz: 86.75 g; Węglowodany ogółem: 342.27 g; Witamina C: 258.32 mg; Wapń: 825.27 mg; Sód: 2796.97 mg; Żelazo: 16.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.26 g; Cholesterol: 290.28 mg; Błonnik pokarmowy: 44.54 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

29.08.2024czwartek

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata 250ml(Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml (1,7,3) Masło 15g (7)chleb baltonowski krojony 110g (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) pomidor 70g	Herbata 250ml Zupa mleczna z kaszą jęczmienną300ml (1,7,3) Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1 twarożek z zielenią 70 g(7) pomidor 70g	Herbata 250ml b/z cukru Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml (1,7,3) Masło 15g (7) Chleb razowy110g (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g(7) pomidor 70g	Herbata 250ml Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300 ml(1,7,3) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1)twarożek z zielenią70 g, szynka konserwowa 50g pomidor 70g	Herbata 250ml Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml (1,7,3) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1twarożek zielenią70g(7) pomidor bez skórki 70g

Śniadanie 2cukrzycowe budyń b/z cukru 200 g(1,7)

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa owocowa z makaronem (1,3)300mlGulasz wieprzowy 200 g (1,7) kasza jęczmienna250 g (1) buraczki 200 g Kompot 250 ml	Zupa owocowa z makaronem 300ml(1,3)Gulasz wieprzowy 200 g (1,7) kasza jęczmienna250 g (1)buraczki 200 g Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (1,3)Gulasz wieprzowy 200 g (1,7) kasza jęczmienna250 g (1)buraczki 200 g buraczki 200 g Jabłko 1 szt Kompot 250 ml b/z cukru) Zupa owocowa z makaronem 300ml (1,3)Gulasz wieprzowy 200 g (1,7) kasza jęczmienna250 g (1)buraczki 200 g Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami300ml (1,7, 9)Gulasz wieprzowy 200 g (1,7) kasza jęczmienna250 g (1)buraczki 200 g Kompot 250 ml

kolacja

**Podwieczorek gruszka
1 szt.**

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Herbata250mlchleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15(7) szynka konserwowa50g sałata 20g ogórek zielony 70g	Herbata250mlchleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g(7) szynka50g sałata 20g, ogórek zielony 70g	Herbata250mlb/z cukru Chleb razowy110g(1) Masło 15g(7) Szynkakonserwowa 50g Sałata 20g ogórek zielony 70g	Herbata250ml Kawiorek (pszenne)110g(1) Masło 15g(7) Szynka konserwowa 70gSałata 20 g, ogórek zielony 70g	Herbata250ml Kawiorek (pszenne)110g(1) Masło 15g(7) połędwica drobiowa50g Sałata 20g, ogórek zielony 70g

II kolacja: wafle ryżowe

Energia : 2083.23 kcal; Białko ogółem: 72.91 g; Tłuszcz: 74.50 g; Węglowodany ogółem: 311.10 g; Witamina C: 221.74 mg; Wapń: 776.83 mg; Sód: 3138.33 mg; Żelazo: 11.24 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.58 g; Cholesterol: 165.27 mg; Błonnik pokarmowy: 32.86 g

Jadłospis Poznań/Ludwikowo

30.08 .2024 piątek

<i>Dieta podstawowa</i>	<i>Dieta łatwo strawna</i>	<i>Dieta cukrzycowa</i>	<i>Dieta bogato-białkowa</i>	<i>Dieta wątrobowa</i>
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (7,1) Kawa zbożowa z mlekiem 25ml Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) jajko 1 szt. pomidor 70g, roszonek 30g,	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (7,1) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) jajko 1 szt. (3) pomidor 70g, roszonek 30g marmolada 25g	Zupa mleczna z kaszką manną 300 (7,1) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Masło 15g (7) Chleb razowy 120g jajko 1 szt. (3) pomidor 70g, roszonek 30g	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (7,1) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1) jajko 1 szt. (3) pomidor 70g roszonek 30g wędlina 20g marmolada 25g,	Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (7,1) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1) pasta z białka 70g (1)(3) pomidor 70g roszonek 30g marmolada 25g

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

obiad

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

kolacja *Podwieczerek cukrzycowy arbuz 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 250ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g (7) pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (4) 30(7), pomidor 70g	Herbata 250ml, chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g (7) pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (4) 30(7), pomidor 70g	Herbata 250ml b/z cukru Chleb razowy 110g (1) Masło 15g (7) pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (4), pomidor 70g	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g (1) Masło 15g (7) pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (4) Wędlina 30g	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g (1) Masło 15g (7) pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g (4) 20g, pomidor b/z skórki 70g

II kolacja sok pomidorowy 200ml

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

31.08.2024 sobota

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) kiełbasa krakowska 50g, sałatka z ogórka kiszzonego 50g,	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) chleb baltonowski krojony 110g (1) kiełbasa krakowska 50 g dżem 25g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Chleb razowy 110 Kiełbasa krakowska 50 g Sałatka z ogórka kiszzonego 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 gdżem 25g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110g (1) Kiełbasa krakowska 50 g dżem 25 g

śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt.

obiad

Dieta podstawowa	Dieta łatwo strawna	Dieta cukrzycowa	Dieta bogato-białkowa	Dieta wątrobowa
Zupa ziemniaczana 300ml (1,7, 9) Udko pieczone 130 g, ziemniaki 250 g, bukiet warzyw 200 g, kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300ml (1,7, 9) Udko gotowane 130g sos pomidorowy 150g ml (1,7) ziemniaki 250 g, bukiet warzyw 200 g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300ml (1,7, 9) Udko gotowane 130g (1,7,3) sos pomidorowy 150ml ml (1,7) bukiet warzyw 200g surówka wielowarzywna olejem roślinnym 150g Kompot b/z cukru	Zupa ziemniaczana 300ml (1,7, 9) Udko gotowane 130g (1,7,3) ,sos pomidorowy 150ml ml (1,7) ziemniaki 250 g, bukiet warzyw 200g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 ml (1,7, 9) Udko gotowane 130g (1,7,3) sos pomidorowy 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 250ml chleb baltonowski krojony 110g (1) Masło 15g (7) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70g (7), pomidor 70g	Herbata 250ml chleb baltonowski – krojony 110g (1) Masło 15g (7) twarożek z zieleniną 70 g (7) pomidor 70g	Herbata 250ml Chleb razowy 110g (1) Masło 15g (7) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70g (7) pomidor 70g	Herbata 250 ml Kawiorek (pszenne) 110g (1) Masło 15g (7) twarożek z zieleniną 70g (7) pomidor 70g wędlina 30g	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110g (1) Masło 15g (7) twarożek z zieleniną 70g (7) pomidor bez skórki 70g

II kolacja :mus owocowo-warzywny 1 szt.

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