



# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

**3.04.2024 środa**

| <b>Dieta podstawowa</b>  | <b>Dieta łatwostrawna</b>  | <b>Dieta cukrzycowa</b>  | <b>Dieta bogatobiałkowa</b>   | <b>Dieta wątrobowa</b>   |
|--|--|--|---|--|
| Kakao na mleku 250 (7,1)<br>herbata 250<br>Masło 15 (7)<br>Kiełbasa śląska 70<br>chleb baltonowski –kroj. 110 (1)<br>ketchup 20 (9)<br>sałata z pomidorem i siemieniem 100 | Kakao na mleku 250 (7,1)<br>herbata 250<br>Masło 15 (7)chleb baltonowski –kroj. 110 (1)<br>Parówki drobiowe na ciepło70, ketchup 20(9)sałata z pomidorem i zieleniną 100 | Kakao na mleku 250 (7,1)<br>herbata 250<br>Masło 15 (7)<br>Chleb razowy 110 (1) kiełbasa śląska ciepło70, ketchup 20(9)sałata z pomidorem i siemieniem 100 | Kakao na mleku 250 (7,1)<br>herbata 250<br>Masło 15 (7)<br>Kawiorek (pszenne) 110 (1) Parówki na ciepło70, ketchup 20(9) dżem 25 g twarożek 30 sałata z pomidorem i zieleniną 100 | Kakao na mleku 250 (7,1)<br>herbata 250<br>Masło 15 (7)<br>Kawiorek(pszenne) 110 (1) Parówki drobiowa na ciepło70, ketchup 20 (9)sałata z pomidorem bez skórki i zieleniną 100 |

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

| <b>Dieta podstawowa</b>  | <b>Dieta łatwostrawna</b>  | <b>Dieta cukrzycowa</b>   | <b>Dieta bogatobiałkowa</b>   | <b>Dieta wątrobowa</b>   |
|--|--|---|---|--|
| Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Pieczeń duszona 130g /sos własny 150 (1,7)<br>ziemniaki 250 g,<br>kalafior z bułką tartą 200 g<br>Kompot 250 ml | Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Pieczeń duszona , sos własny130/150 (1,7)<br>ziemniaki 250 g,<br>szpinak 200<br>Kompot 250 ml | Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Pieczeń duszona 130 w sosie własnym150 (1,7)<br>ziemniaki 250 g,<br>szpinak200 kalafior z bułką tartą 200 g<br><br>Kompot 250 ml b/z cukru | Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Pieczeń duszona 130 w sosie własnym150 (1,7)<br>ziemniaki 250 g,<br>szpinak 200<br><br>kompot 250 ml | ko Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Łopátka gotowana 130<br>sos mleczny150ml (1,7)<br><br>ziemniaki 250 g, szpinak 200<br>kompot 250 |

**kolacja** **podwieczorek cukrzycowy kefir (7)**

| <b>Dieta podstawowa</b>  | <b>Dieta łatwostrawna</b>   | <b>Dieta cukrzycowa</b>  | <b>Dieta bogatobiałkowa</b>  | <b>Dieta wątrobowa</b>   |
|--|---|--|--|--|
| Herbata 250 chleb baltonowski –kroj. 110 (1)<br>Masło 15(7) szynka drobiowa 50,sałatka z buraczką z olejem i słonecznikiem 100 g | Herbata 250 chleb baltonowski –kroj. 110 (1)<br>Masło 15(7)szynka drobiowa 50 sałatka z buraczką z zieleniną 100g | Herbata 250 b/z cukru<br>Chleb razowy 110(1)<br>Masło 15(7) , szynka drobiowa 50 sałatka z buraczką z olejem i słonecznikiem 100 g | Herbata 250<br>Kawiorek (pszenne) 110(1)<br>Masło 15(7) , Szynka drobiowa 50 polędwica wp 30 sałatka z buraczką z zieleniną 100g | Herbata 250<br>Kawiorek (pszenne) 110(1)<br>Masło 15(7) szynka drobiowa 50 sałatka z buraczką z zieleniną 100g |

**II kolacja:**jogurt nat 150 ml (7)

Energia : 2666.90 kcal; Białko ogółem: 96.18 g; Tłuszcz: 118.82 g; Węglowodany ogółem: 331.01 g; Witamina C: 206.61 mg; Wapń: 993.64 mg; Sód: 3897.91 mg; Żelazo: 15.40 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.36 g; Cholesterol: 295.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.95 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 4.04.2024 czwartek

| <i><b>Dieta podstawowa</b></i>  | <i><b>Dieta łatwo strawna</b></i>   | <i><b>Dieta cukrzycowa</b></i>  | <i><b>Dieta bogato-białkowa</b></i>  | <i><b>Dieta wątrobowa</b></i>  |
|---|---|---|--|--|
| Herbata 250 ( Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300 (1,7,3) Masło 15 (7)chleb baltonowski-kroj 110 (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) , rzodkiewka 70 roszonek 30 | Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300 (1,7,3) Masło 15 (7) chleb baltonowski-kroj 110 (1) twarożek z zielenią 70 g (7) miód 25 jabłko 150 g | Herbata 250 b/z cukru Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) twarożek ze szczypiorkiem 70 g (7) , rzodkiewka 70roszonek 30 | Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne 110 (1)twarożek z zielenią 70 g, szynka konser. 30 g (7) miód 25 jabłko 150 | Herbata 250 Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300 (1,7,3) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1)twarożek z zielenią 70 g (7) miód 25 , jabłko got 150 g |

#### Obiad

#### śniadanie 2 cukrzycowe kisiel 200 g

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

#### kolacja

#### podwieczerek

#### pomarańcza 1 szt

| <i><b>Dieta podstawowa</b></i>  | <i><b>Dieta łatwo strawna</b></i>  | <i><b>Dieta cukrzycowa</b></i>   | <i><b>Dieta bogato-białkowa</b></i>   | <i><b>Dieta wątrobowa</b></i>   |
|---|--|--|---|---|
| Herbata 250 chleb baltonowski-kroj 110 (1) Masło 15(7) szynka konserwowa 50 ogórek kiszony 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 ogórek kiszony 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: ciastka Fit 1 szt



|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|

## II KOLACJA -JOGURT 150 G

Energia : 2516.24 kcal; Białko ogółem: 93.71 g; Tłuszcz: 130.20 g; Węglowodany ogółem: 270.56 g; Witamina C: 115.32 mg; Wapń: 840.03 mg; Sód: 3796.29 mg; Żelazo: 11.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.64 g; Cholesterol: 539.90 mg; Błonnik pokarmowy: 27.61 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań /

### 6.05 .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) , rzodkiewka 70 , pomidor 50 | 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 50 miód 25 | 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 rzodkiewka 70 | Herbata 250 Zupa mleczna z makaronem (1, 7,3) Masło 15 (7) Kawiorek(pszenne )110 (1) twarożek z zielenią 70 g, pomidor 50 szynka konser. 30 g (7) miód 25 | 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 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 ziemniakami 300 (1,7, 9) Gulasz wieprzowy/sos naturalny 180 g(1), kasza jęczmienna 250 g,(1) buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Gulasz wieprzowy/sos naturalny 180 g(1) kasza jęczmienna 250 g,(1) buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 1,(7, 9) Gulasz wieprzowy 180 g/ sos naturalny(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) Gulasz wieprzowy -/sos naturalny 180 g,(1) kasza jęczmienna 250 g,(1) buraczki gotowane 200 g Kompot 250 ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Gulasz wieprzowy 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)<br>Masło 15(7) szynka konserwowa 50 ogórek zielony 70 | Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)<br>Masło 15(7) szynka konserwowa 50 Pomidor 70 | Herbata 250 b/z cukru<br>Chleb razowy 110(1)<br>Masło 15(7) Szynka konserwowa 50 ogórek zielony 70 | Herbata 250 Kawiorek (pszenne ) 110(1)<br>Masło 15(7) Szynka konserwowa 70 pomidor 70 | Herbata 250 Kawiorek(pszenne) 110(1)<br>Masło 15(7) polędwica drobiowa 50 pomidor bez skórki70 |
|--|---|--|---|--|

## II KOLACJA Wafle ryżowe 30 g

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

### 7.04.2024 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)<br>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)<br>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)<br>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)<br>Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), parówka cienka 80g , ketchup (9)20 sałata z pomidorem 100 g | Kakao 250(7,1)<br>Masło 15 (7)Kawiorek (pszenne) 110 (1), parówka cienka drobiowa 80g , ketchup (9)20 g sałata z pomidorem bez skórki100 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 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, pomarańcza 1 szt. 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 seler gotowana 200 kompot 250 |

### kolacja podwieczerek cukrzycowy jabłko 1 szt 150 g

| <i>Dieta podstawowa</i> | <i>Dieta łatwo strawna</i> | <i>Dieta cukrzycowa</i> | <i>Dieta</i> | <i>Dieta</i> |
|-------------------------|----------------------------|-------------------------|--------------|--------------|
|-------------------------|----------------------------|-------------------------|--------------|--------------|

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

## II kolacja-mus owocowo-warzywny 100 g

Energia : 2329.68 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 125.34 g; Węglowodany ogółem: 249.95 g; Witamina C: 197.27 mg; Wapń: 900.57 mg; Sód: 3652.40 mg; Żelazo: 11.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.19 g; Cholesterol: 203.36 mg; Błonnik pokarmowy: 33.65 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 8.04 .2024 poniedziałek

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

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

| <b>Dieta podstawowa</b>  | <b>Dieta łatwo strawna</b>  | <b>Dieta cukrzycowa</b>  | <b>Dieta bogato-białkowa</b>  | <b>Dieta wątrobowa</b>  |
|--|---|--|---|---|
| Pomidorowa z ryżem 300 ( 9 )<br>Stek z cebulą130g, (1,3)ziemniaki250, sos pieczeniowy 130 kapusta biała gotowana 200 Kompot 250 ml | , Pomidorowa z ryżem (,9)300 Pieczeń rzymska 130(1,3,7)ziemniaki 250 sos pieczeniowy 130 g, marchew got 200 g kompot 250 ml , | Pomidorowa z ryżem brązowym (,9) 300 Pieczeń rzymska 130(1,3,7) ziemniaki 250 g, kapusta biała gotowana 200 mandarynka 2 szt kompot 250 ml b/z cukru | Pomidorowa z ryżem (,9)300 pulpet wieprzowy 130 sos pieczeniowy 130 (1,3,7)ziemniaki 250 g, marchew got 200 g gpot 250 ml | Pomidorowa z ryżem (,9)300 Pieczeń rzymska 130(1,3,7) sos pieczeniowy 130 ziemniaki 250 g, marchew got200 g kompot 250 ml |

kolacja

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

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

## II kolacja – ciastko

### fit 1 szt (1,3,7)

Energia : 2102.40 kcal;  
 Białko ogółem: 90.99 g;  
 Tłuszcz: 99.33 g;  
 Węglowodany ogółem: 234.53 g; Witamina C: 70.83 mg; Wapń: 1104.64 mg; Sód: 4991.60 mg;  
 Żelazo: 9.50 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.04 g; Cholesterol: 312.68 mg; Błonnik pokarmowy: 23.87 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 9.04,2024 wtorek

| <b>Dieta podstawowa</b>   | <b>Dieta łatwo strawna</b>   | <b>Dieta cukrzycowa</b>   | <b>Dieta bogato-białkowa</b>   | <b>Dieta wątrobowa</b>   |
|---|--|---|--|--|
| 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 siemieniem 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 zieleniną 100 g | Zupa mleczna mianą 300 (7,1) Kawa mleczna 250 Masło 15 (7) Chleb razowy 110 jajko 1 szt, (3) ser żółty 30 g sałatka z pomidora z siemieniem 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)wędlna 50 g marmolada 25 sałatka z pomidora z zieleniną 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) 70(7)marmolada 25 sałatka z pomidora bez skórki) z zieleniną 100 g |

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

| <b>Dieta podstawowa</b>  | <b>Dieta łatwo strawna</b>  | <b>Dieta cukrzycowa</b>   | <b>Dieta bogato-białkowa</b>  | <b>Dieta wątrobowa</b>  |
|--|---|---|---|---|
| Zupa fasolowa 300 (1,9) ) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa )(1) ziemniaki 250 ) ,surówka z kiszzonej kapusty o olejem rzepakowym 200 g | Zupa szpinakowa z ziemniakami (1,7,9,3) ) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa )(1) ziemniaki 250 ) ,marchew gotowana 200 g Kompot 250 ml | Zupa szpinakowa z ziemniakami (1,7,9,3) ) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa )(1) ziemniaki 250 ) ,surówka z kiszzonej kapusty o olejem | Zupa szpinakowa z ziemniakami (1,7,9,3) ) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa )(1) ziemniaki 250 ) , marchew gotowana 200 g Kompot 250 | Zupa szpinakowa z ziemniakami (1,7,9,3) ) Gulasz drobiowy 180(80 mięsa )(1) ziemniaki 250 ) , marchew gotowana 200 g Kompot 250 |



|               |  |   |    |    |
|---------------|--|---|----|----|
| Kompot 250 ml |  | rzepakowym 200 g<br>Kompot 250 ml<br>jabłko 1 szt | ml | ml |
| kompot 250 ml |  |   |    |    |

**kolacja** *podwieczorek cukrzycowy jogurt 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 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)<br><br>Masło 15(7) pasta z ryby 70 g (4)<br>30(7), ogórek kiszony 70 | Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)<br><br>Masło 15(7) pasta z ryby gotowanej z warzywny 70 <b>b/z majonezu !!(4,9,7)z masłem</b> , pomidor 70 | Herbata 250 b/z cukru<br>Chleb razowy 110(1)<br>Masło 15(7) , pasta z ryby gotowanej z warzywny 70 <b>b/z majonezu !! (4,9,7)z masłem</b> 70 ogórek kiszony 70 | Herbata 250<br>Kawiorek (pszenne) 110 (1),<br><br>Masło 15(7) pasta z ryby gotowanej z warzywny 70 <b>b/z majonezu !! (4,9,7)z masłem</b> ,wędlna 30 pomidor 70 | Herbata 250<br>Kawiorek (pszenne) 110 (1),<br><br>Masło 15(7)pasta z ryby gotowanej z warzywny 70 <b>b/z majonezu !! (4,9,7)z masłem</b> , pomidor 70 b/z skórki |

**II KOLACJA - mus warzywny 100 g**

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

### 10.04 .2024 środa

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

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

| <i>Dieta podstawowa</i>  | <i>Dieta łatwo strawna</i>   | <i>Dieta cukrzycowa</i>  | <i>Dieta bogato-białkowa</i>   | <i>Dieta wątrobowa</i>  |
|--|--|--|--|---|
| Barszcz ukraiński z fasolą (1,7, 9)<br>Kaszanka z cebulką 130 g(1)<br>ziemniaki250 , kapusta kiszona gotowana 200 g<br><br>Kompot 250 ml | Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9) Rolada drobiowa 130 (1,3,7) sos pomidorowym 150(1), ziemniaki 250, bukiet z warzyw 200 z ziołami g<br>Kompot 250 ml | Zupa selerowa z ziemniakami (1,7, 9 )<br>Rolada drobiowa 130 (1,3,7) sos pomidorowym 150(1), ziemniaki 250, bukiet z warzyw 200 z ziołami , kapusta kiszona gotowana200 g<br>Kompot 250 ml b/z cukru | Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9)<br>Rolada drobiowa 130 (1,3,7) sos pomidorowym 150(1), ziemniaki 250, bukiet warzyw z ziołami 200 | Zupa selerowa z ziemniakami 300(1,7,9)<br>Rolada drobiowa 130 (1,3,7) sos pomidorowym 150(1), ziemniaki 250, jarzyny z wody (9) 200 |

|   |  |  |   |   |
|---|--|--|---|---|
|   |  |  | Kompot 250 ml   | Kompot 250 ml   |
| <b>kolacja</b>  | <b>podwieczerek cukrzycowy manna b/z cukru (1,7)</b>   |  |   |   |
| <b>Dieta podstawowa</b>   | <b>Dieta łatwo strawna</b>   | <b>Dieta cukrzycowa</b>  | <b>Dieta bogato-białkowa</b>  | <b>Dieta wątrobowa</b>  |
| Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)<br>Masło 15(7) ser żółty 50(7) papryka konserwowa 70 g | Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)<br><br>Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 g , marmolada 25, sałata 20 | Herbata 250 Chleb razowy 110(1)<br>Masło 15g kiełbasa krakowska dr 50 g<br>Papryka konserwowa 70 | Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 70 g<br>marmolada 25, sałata 20 | Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1),<br>Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 marmolada 25, sałata 20 |

### II kolacja: sok warzywny 200 ml

Energia : 2483.36 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 80.80 g; Węglowodany ogółem: 363.01 g; Witamina C: 279.80 mg; Wapń: 944.21 mg; Sód: 4880.29 mg; Żelazo: 16.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.07 g; Cholesterol: 356.36 mg; Błonnik pokarmowy: 41.62 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

### 11.04 .2024 czwartek

| <b>Dieta podstawowa</b>   | <b>Dieta łatwo strawna</b>   | <b>Dieta cukrzycowa</b>   | <b>Dieta bogato-białkowa</b>   | <b>Dieta wątrobowa</b>  |
|---|--|---|--|---|
| Kakao 250 (7,1)<br>herbata 250<br>Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)<br><br>Parówka na ciepło 70, ketchup (9)20 ogórek konserwowy70 , | Kakao 250 (7,1)<br>herbata 250<br>Masło 15 (7)Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)<br><br>Parówki na ciepło70, ketchup (9)20 ogórek zielony 70 | Kakao 250 (7,1)<br>herbata 250<br>Masło 15 (7)<br>Pieczywo razowe 110 (1) Parówki na ciepło70, ketchup (9)20 ogórek konserwowy 70 | Kakao 250 (7,1)<br>herbata 250<br>Masło 15 (7)<br>Kawiorek (pszenne) 110 (1), Parówki na ciepło70, ketchup(9) 20 dżem 25 g twarożek 30 | Zupa mleczna z ryżem 300 (7, )Kawa mleczna 250 herbata 250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Parówki drobiowa na ciepło70, ketchup (9)20 ogórek zielony 70 |

**Obiad**

**śniadanie 2 cukrzycowe**

**kisiel z tartym jabłkiem 200 g**

| <b>Dieta podstawowa</b>   | <b>Dieta łatwo strawna</b>  | <b>Dieta cukrzycowa</b>  | <b>Dieta bogato-białkowa</b>  | <b>Dieta wątrobowa</b>  |
|---|---|--|---|---|
| Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Kotlet mielony 130 (1,3) ziemniaki 250 g, surówka z kapusty pekińskiej 150 Kompot 250 ml | Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Pulpet wieprzowy (1,3,7)w sosie własnym130/150 (1,7)<br><br>ziemniaki 250 g, szpinak 200 Kompot 250 ml | Bulion rosółwy - czysty 300 ( 9 Pulpet wieprzowy (1,3,7)w sosie własnym130/150 (1,7)<br>ziemniaki 250 g, szpinak200 surówka z kapusty peki150<br><br>Kompot 250 ml b/z cukru | Rosół z makaronem 300 (1,7, 9 Pulpet wieprzowy 130(1,3,7) sosie własnym130/150 (1,7)<br><br>ziemniaki 250 g, szpinak 200<br><br>kompot 250 ml | ko Rosół z makaronem 300 (1, 3, 9 Pulpet wieprzowy gotowany 130 (1,3,7) sos mleczny150ml (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200 kompota 250 |

|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|
|  |  |  |  |  |
|--|--|--|--|--|

kolacja *podwieczerek  
cukrzycowy  
pomarańcza 1 szt (7)*

| <b>Dieta podstawowa</b>   | <b>Dieta łatwostrawna</b>   | <b>Dieta cukrzycowa</b>   | <b>Dieta bogatobiałkowa</b>  | <b>Dieta wątrobowa</b>   |
|---|---|---|--|--|
| Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)<br><br>Masło 15(7) szynka drobiowa 50, pomidor 100 | Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)<br><br>Masło 15(7)szynka domowa 50 pomidor 100 | Herbata 250 b/z cukru<br>Chleb razowy 110(1)<br>Masło 15(7) , szynka drobiowa 50<br>pomidor 100 | Herbata 250<br>Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) ,<br>Szynka drobiowa 50<br>połędwica wp 30<br>pomidor 100 | Herbata 250<br>Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7)<br>szynka drobiowa 50<br>pomidor b/z skórki 100 |

**II kolacja: twarożek z zielenią 100 g(7)**

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 g