

# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

## 1.08.2024 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) herbata 250 Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Parówka na ciepło 70, ketchup (9)20 ogórek konserwowy70 Sałata 20g	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Parówki na ciepło70, ketchup (9)20 dżem 25 g Sałata 20g	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Pieczywo razowe 110 (1) Parówki na ciepło70, ketchup (9)20 ogórek konserwowy 70 Sałata 20g	Kakao 250 (7,1) herbata 250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Parówki na ciepło70, ketchup(9) 20 dżem 25 g twarózek 30 Sałata 20g	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 dżem 25 g Sałata 20g

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) Pulpet wieprzowy130 (1,3,7)sos pieczeniowy jasny 100ml (1,7) ziemniaki 250 g, surówka z kapusty pekińskiej 150 Kompot 250 ml	Rosół z makaronem 300 (1,3, 9) Pulpet wieprzowy (1,3,7) sos pieczeniowy jasny 130/150 (1,7)  ziemniaki 250 g, szpinak 200 Kompot 250 ml	Bulion rosółwy - czysty 300 ( 9 Pulpet wieprzowy (1,3,7) sos pieczeniowy jasny /150 (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak200 surówka z kapusty peki150  Kompot 250 ml b/z cukru	Rosół z makaronem 300 (1,7, 9 Pulpet wieprzowy 130(1,3,7) sos pieczeniowy jasny 130/150 (1,7)  ziemniaki 250 g, szpinak 200  kompot 250 ml	ko Rosół z makaronem 300 (1, 3, 9 Pulpet wieprzowy gotowany 130 (1,3,7) sos pieczeniowy jasny 150ml (1,7) ziemniaki 250 g, szpinak 200 kompot 250

kolacja **podwieczorek cukrzycowy gruszka 1 szt**

<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)  Masło 15(7) szynka drobiowa 50, pomidor 70g	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Masło 15(7)szynka domowa 50 pomidor 70g	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) , szynka drobiowa 50 pomidor 70g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) , Szynka drobiowa 50 połędwica wp 30 pomidor 70g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) szynka drobiowa 50 pomidor b/z skórki 70g

II kolacja: twarózek z zielenią 100 g(7)

Energia : 2453.45 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 81.40 g; Węglowodany ogółem: 367.17 g; Witamina C: 303.78 mg; Wapń: 867.89 mg; Sód: 2552.53 mg; Żelazo: 15.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.17 g; Cholesterol: 296.68 mg; Błonnik pokarmowy: 42.92 g

# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

## 2.08.2024 piątek

<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>
Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Jajko 1 szt (7) ,sałatka z ogórka zielonego z rzodkiewką i słonecznikiem 70g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Jajko 1 szt dżem 25g, sałatka z pomidora z natką pietruszki 70 g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Chleb razowy 110 Jajko 1 szt (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), Jajko 1 szt (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) 110 (1), Jajko 1 szt (7) sałatka z pomidora z natką pietruszki 70

### Obiad śniadanie 2 cukrzycowe budyń 100g

<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>
Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Gzik 150g Ziemniaki 250  Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Gzik 150g Ziemniaki 250  Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Gzik 150g Ziemniaki 250 Jabłko 1 szt  Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Gzik 150g Ziemniaki 250  Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9) Gzik 150g Ziemniaki 250  Kompot 250 ml

### kolacja podwieczorek cukrzycowy manna b /z cukru(1,7)

<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) paprykarz domowy 70 g (4,9), ogórek kiszony 70g,	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1)  Masło 15(7) paprykarz domowy z ryby gotowanej 70 g, pomidor 70g,	Herbata 250 Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) paprykarz domowy 70 g (4,9), ogórek kiszony 70g,	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) ser biały 30g paprykarz domowy 70 g (4,9), g pomidor 70g,	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) paprykarz domowy 70 g (4,9), pomidor 70g, b/z skórki rozszpuka

### II KOLACA – sałatka makaronowa z warzywami 100g

Energia : 2638.68 kcal; Białko ogółem: 113.57 g; Tłuszcz: 78.73 g; Węglowodany ogółem: 398.43 g; Witamina C: 166.48 mg; Wapń: 875.80 mg; Sód: 2750.39 mg; Żelazo: 16.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.24 g; Cholesterol: 625.12 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g

# Jadłospis Ludwikowo /Poznań

## 3.08.2024 sobota

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(7,1,) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Szynka konserwowa 50 g 70(1) pomidor 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(71,) Masło 15 (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Szynka konserwowa 50 g pomidor 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(71,) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) Szynka konserwowa 50 g pomidor 70 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(71,) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Szynka konserwowa 50 g ) pomidor 70 g 30	Kawa zbożowa z mlekiem 250 (7,1) Zupa mleczna z mianą 250(71,) Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), ) Szynka konserwowa 50 g pomidor bez skórki 70 g

Obiad                                      śniadanie 2 cukrzycowe    arbuż 150 g

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa pieczarkowa 300 (1,3,9 ) Bigos 300 ziemniaki 250, Kompot 250 ml	Zupa dyniowa 300 (1,3,9) Gulasz z żółdków dr 100/150 sos jarzynowy (1,9 ) ziemniaki 250, brokuł 200 g ,kompot 250ml	Zupa pieczarkowa 300 (1,3, 9 ) ziemniaki 250, Gulasz dr 100/150 sos jarzynowy (1,9 ) ziemniaki 250 brokuł 200g ,kompot 250ml b/ cukru	Zupa dyniowa 300 (,1,3,9) Gulasz dr 100/150 sos jarzynowy (1,9) ziemniaki 250 , brokuł 200 g kompot 250ml	Zupa dyniowa 300 (1,3,9 ) Gulasz dr 100/150 sos jarzynowy (1,9) ziemniaki 250 sałata z jogurtem 150 g(7) ,kompot 250ml

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

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) sałatka z papryki i ogórka z siemieniem lnianym 100 g Polędwica z koperkiem 50 g	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) polędwica z koperkiem 50 g pomidor 70.	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) sałatka z papryki i ogórka siemieniem lnianym 100 g Polędwica z koperkiem 50 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) polędwica z koperkiem 50 pomidor 70 , sałata 30 szynka dr 20 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) polędwica z koperkiem 50 g pomidor 70 ,sałata 30

II kolacja – sok pomidorowy 1 szt

Energia : 2363.29 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 71.39 g; Węglowodany ogółem: 360.36 g; Witamina C: 137.67 mg; Wapń: 971.08 mg; Sód: 2079.28 mg; Żelazo: 13.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.41 g; Cholesterol: 297.56 mg; Błonnik pokarmowy: 30.79 g

Jadłospis Ludwikowo/Poznań

**4.08.2024 niedziela**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogatobiałkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Szyńka dr50g sałatka z pomidora i rzodkiewki z siemieniem lnianym 100 g	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (1) Masło 15g (7) Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Szyńka dr50g sałatka z pomidora i rozspanki 100g	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem basmati(7) Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) Szyńka dr50g)salatka z pomidora i rzodkiewki z siemieniem lnianym 100g	Kawa mleczna 250(7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), g Szyńka dr50g sałatka z pomidora i rzodkiewki ze słonecznikiem 100 g	Kawa mleczna 250 (7,1)Zupa mleczna z ryżem (7) Masło 15g (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1), Szyńka dr50g 25 g sałatka z pomidora i rozspanki 100g

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

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (1,7, 9 ) Sztuka mięsa 130, sos biały150 ml(1,7) ziemniaki 250 marchewka z groszkiem 200g (1) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Sztuka mięsa 130, sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g marchewka gotowana 200 g ) Kompot 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Sztuka mięsa 130, sos biały 150 ml(1,7) ziemniaki 250 g marchewka z groszkiem 200g(1),jabłko 150 g kompot 250 ml b/z cukru	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Sztuka mięsa 130, sos biały 150 ml(1,7) ziemniaki 250 g marchewka 200g Kompot 250	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 (1,7, 9) Sztuka mięsa 130, sos biały 150 ml (1,7) ziemniaki 250 g marchewka gotowana 200 g Kompot 250 ml

**kolacja podwieczerek cukrzycowy arbuz 100g**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Herbata 250 ml Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15g(7) leczyz cukinii 100 g polędwica 50	Herbata 250 ml Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15g(7) leczyz cukinii 150 g ,polędwica 50	Herbata b/z cukru 250 ml Chleb razowy 110g(1) Masło 15g(7) leczyz cukinii 150 g ,polędwica 50	Herbata 250ml Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(g7) leczyz cukinii 150 g ,polędwica 50	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15g(7) Polędwica drobiowa 50g , jabłko gotowane 150 g

**II kolacja-mus owocowo-warzywny 100 g**

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: 1796.97 mg; Żelazo: 16.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.26 g; Cholesterol: 290.28 mg; Błonnik pokarmowy: 44.54 g

# Jadłospis Ludwikowo/Poznań

5.08.2024 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 roszponką 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 50 g pomidor z roszponką 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 roszponką 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 roszponką 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 z roszponką 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) Rolada z mięsa mielonego (1,3) ziemniaki 250, surówka z białej kapusty olejem rzepakowym i słonecznikiem 150 g Kompot 250 ml	, Pomidorowa z ryżem (,9)300 Rolada z mięsa mielonego 130(1,3,7) ziemniaki 250 g, marchew got 200 g kompot 250 ml ,	Pomidorowa z ryżem brązowym (,9) 300 Rolada z mięsa mielonego 130(1,3,7) ziemniaki 250 g, surówka z białej kapusty z kukurydzą, olejem rzepakowym i słonecznikiem 150 g pomarańcza 1 szt kompot 250 ml b/z cukru	Pomidorowa z ryżem (,9)300 Rolada z mięsa mielonego 130(1,3,7) ziemniaki 250 g, marchew got 200 g got 250 ml	Pomidorowa z ryżem (,9)300 Rolada z mięsa mielonego 130(1,3,7) ziemniaki 250 g, marchew got 200 g got 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 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) Masło 15(7) ser topiony 50(7) sałatka z ogórka i pomidora 70 g	Herbata 250 Chleb baltonowski -kroj. 110 (1) 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 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1), Masło 15(7) szynka konserwowa 50 ,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 ciastko fit**

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 Ludwikowo/Poznań

**6.08.2024 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 ryżem 300 (7) Herbata 250 Masło 15 (7) Chleb baltonowski –kroj 110 (1) Jajko 1 szt (3) pomidor 70 g ,sałata 30	Zupa mleczna z ryżem 300 (7,) Herbata 250 Masło 15 (7) Chleb baltonowski –kroj 110 (1) Jajko 1 szt.(3) pomidor 70 ,sałata 30	Zupa mleczna z ryżem brązowym 300 (7,) Herbata 250 Masło 15 (7) Chleb razowy 110 (1) jajko 1szt.(3) ogórek kiszony 70g Sałata 20g	Zupa mleczna z ryżem 300 (7, Herbata 250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1) szynka konserwowa 30 g jajko 1szt.(3) pomidor 70 sałata 30g	Zupa mleczna z ryżem 300 (7) Herbata 250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1) pasta z białka jaj 70 g(3 ) , pomidor 70 b/z skórki sałata 30g

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

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) leczy warzywne z cukinią 200g ryż 250 g Kompot 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300(1,7,9) leczy warzywne z cukinią 200g ryż 250 g Kompot 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ) leczy warzywne z cukinią 200g ryż 250 g surówka z białej kapusty 150g  Kompot 250 ml b/z cukru	Barszcz czerwony z ziemniakami 300(1,7,9) ) leczy warzywne z cukinią 200g ryż 250 g Kompot 250 ml	3Barszcz czerwony z ziemniakami 300(1,7,9) ) leczy warzywne z cukinią 200g ryż 250 g Kompot 250 ml Kompot 250 ml

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

<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) Masło 15(7) kiełbasa krakowska 50 papryka konserwowa 70 g rukola 30g	Herbata 250 Chleb baltonowski –kroj 110 (1) Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 g , marmolada 25, rukola 30 pomidor 70 g	Herbata 250 Chleb razowy 110(1) Masło 15g kiełbasa krakowska dr 50 g papryka konserwowa 70 rukola 30g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1) Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 70 g marmolada 25, rukola 30g pomidor 70 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110 (1) Masło 15(7) kiełbasa krakowska dr 50 marmolada 25, sałata 30 rukola 30 pomidor bez skróki 70 g



<b>podstawowa</b>	<b>strawna</b>	<b>cukrzycowa</b>	<b>białkowa</b>	<b>wątrobowa</b>
Herbata 250 chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15(7) szynka drobiowa 50,sałatka z buraczka z olejem i słonecznikiem 100 g	Herbata 250 chleb baltonowski –kroj. 110 (1)  Masło 15(7)szynka domowa 50 sałatka z buraczka z zielenią 100g	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) , szynka drobiowa 50 sałatka z buraczka z olejem i słonecznikiem 100 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) , Szynka drobiowa 50 polędwica wp 30 sałatka z buraczka z zielenią 100g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) szynka drobiowa 50 sałatka z buraczka z zielenią 100g

II kolacja: jogurt nat 150 ml (7)

Energia : 2570.53 kcal; Białko ogółem: 87.05 g; Tłuszcz: 129.01 g; Węglowodany ogółem: 298.00 g; Witamina C: 177.81 mg; Wapń: 906.86 mg; Sód: 2283.78 mg; Żelazo: 11.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.44 g; Cholesterol: 244.83 mg; Błonnik pokarmowy: 32.67 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań /

**8.08.2024 czwartek**

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

**kolacja**

**podwieczerek kisiel 100g**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta</b>	<b>Dieta bogato-</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
-------------------------	----------------------------	--------------	----------------------	------------------------



		<b>cukrzycowa</b>	<b>białkowa</b>	
Herbata 250 chleb baltonowski-kroj 110 (1)	Herbata 250 chleb baltonowski-kroj 110 (1)	Herbata 250 b/z cukru	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1)	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1)
Masło 15(7) szynka konserwowa 50 sałata 30g pomidor70g	Masło 15(7) szynka sałata 20, pomidor70g	Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) Szynka konserwowa 50 Sałata 20 g, pomidor70g	Masło 15(7) Szynka konserwowa 70Sałata 20 g pomidor70g	Masło 15(7) polędwica drobiowa 50Sałata 20 g, jabłko got 1 szt

**II kolacja:** twarożek z zielenią 100g

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

**9.08.2024 piątek**

<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 kaszką manną300 (7,1) Kawa zbożowa z mlekiem 250 Masło 15 (7) baltonowski –kroj. 110 (1) jajko 1 szt,(3) pomidor 50 , rzodkiewka 30 g	Zupa mleczna z kaszką manną300 (7,1) Kawa zbożowa z mlekiem 250 Masło 15 (7) baltonowski –kroj. 110 (1) jajko 1 szt, (3) pomidor 70 g ,roszpunka 30	Zupa mleczna z kaszką manną 300 (7,1) Kawa zbożowa z mlekiem 250 Masło 15 (7) Chleb razowy 120 jajko 1 szt, (3) pomidor 70 g ,roszpunka 30 rzodkiewka 30	Zupa mleczna z kaszką manną300 (7,1) Kawa zbożowa z mlekiem 250 Masło 15 (7) Kawiorek (pszenne) 110 (1) jajko 1 szt, (3) pomidor70g roszpunka 30 70(7)wędlna 20 g,	Zupa mleczna z kaszką manną 300 (7,1) Kawa zbożowa z mlekiem 250 Masło 15 (7) Kawiorek(pszenne ) 110 (1) pasta z białka 70 g (1) (3) pomidor bez skórki 70g roszpunka 30 70(7)

**Obiad**

**śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa jarzynowa 300 (1,7, 9 ) ryż z musem jabłkowym 350g sos waniliowy 100 g ziemniaki 250 g  kompot 250 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9 ) ryż z musem jabłkowym 350g sos waniliowy 100 g ziemniaki 250 g  Kompot 250 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9 ) ryż z musem jabłkowym 350g sos waniliowy bez cukru 100 g ziemniaki 250 g kompot b/z cukru	Zupa jarzynowa (1,7,9 ) ryż z musem jabłkowym 350g sos waniliowy 100 g ziemniaki 250 g mpot 250 ml	Zupa jarzynowa (1,7,9 ) ryż z musem jabłkowym 350g sos waniliowy 100 g ziemniaki 250 g  Kompot 250 ml

**kolacja**

**podwieczerek  
cukrzycowy budyń  
150g (7)**

<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) Masło 15(7) pasta z ryby gotowanej z warzywami i zielenią 70 g (4,9) 30(7), pomidor 70g	Herbata 250 ,chleb baltonowski –kroj. 110 (1)  Masło 15(7)) pasta z ryby gotowanej z warzywami i zielenią 70 g (4,9) , pomidor 70g	Herbata 250 b/z cukru Chleb razowy 110(1) Masło 15(7) pasta z ryby gotowanej z warzywami i zielenią 70 g (4,9) , pomidor 70g	Herbata 250  Kawiorek(pszenne) 110(1) Masło 15(7) , pomido pasta z ryby gotowanej z warzywami i zielenią 70 g (4,9) r 70 Wędlina 30g	Herbata 250  Kawiorek(pszenne) 110(1) Masło 15(7) , pomido pasta z ryby gotowanej z warzywami i zielenią 70 g (4,9) pomidor 70g b/z skórki
--	---	---	---	--

II kolacja sok pomidorowy 200ml

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: 2045.48 mg; Żelazo: 14.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.98 g; Cholesterol: 352.96 mg; Błonnik pokarmowy: 26.81 g

## Jadłospis Ludwikowo/Poznań

**10.08.2024 sobota**

<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 płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15g (7) chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Kiełbasa krakowska 50 g Ogórek kiszony 70 g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Kiełbasa krakowska 50 g Pomidor 70g	Zupa mleczna z płatkami 300ml (7,1) Herbata 250ml Masło 15 (7) Chleb razowy 110 Kiełbasa krakowska 50 g ogórek kiszony 70 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 Pomidor bez skórki 70g

**Obiad**

**śniadanie 2 cukrzycowe jabłko 1 szt**

<b>Dieta podstawowa</b>	<b>Dieta łatwo strawna</b>	<b>Dieta cukrzycowa</b>	<b>Dieta bogato-białkowa</b>	<b>Dieta wątrobowa</b>
Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9 ) Udko duszone 130 ) sos naturalny 150 ziemniaki 250 ml (1,7) surówka wielowarzywna z olejem roślinnym 150 Kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9 ) Udko gotowane 130 sos naturalny 150 ml(1,7) ziemniaki 250 g, bukiet warzyw 200 g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9 ) Udko gotowane 130 (1,7,3) sos naturalny 150 ml(1,7) bukiet warzyw 200 surówka wielowarzywna olejem roślinnym 150 g Kompot b/z cukru	Zupa ziemniaczana 300(1,7, 9 ) Udko gotowane 130 (1,7,3) sos naturalny 150 ml(1,7) ziemniaki 250 g, bukiet warzyw 200 g kompot 250 ml	Zupa ziemniaczana 300 (1,7, 9 ) Udko gotowane 130 (1,7,3) sos 150 ml(1,7) ziemniak i 250 g, jarzyny z wody 200 g kompot 250 ml

kolacja

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

<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) Masło 15(7) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g (7), pomidor 70 g	Herbata 250 chleb baltonowski –kroj. 110 (1) Masło 15(7) twarożek z zielenią 70 g (7) pomidor 70 g	Herbata 250 Chleb razowy 110(1) Masło 15( 7) twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70 g (7), pomidor 70 g	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) twarożek z zielenią 70 g (7) pomidor 70 sałata 30 wędlina 30	Herbata 250 Kawiorek (pszenne) 110(1) Masło 15(7) twarożek z zielenią 70 g (7) pomidor bez skórki 70g

**II kolacja** : mis owocowo-warzywny 1 szt

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: 2297.07 mg; Żelazo: 13.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.23 g; Cholesterol: 410.06 mg; Błonnik pokarmowy: 37.28 g