

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	04.03.2024	05.03.2024	06.03.2024	07.03.2024	08.03.2024	09.03.2024	10.03.2024
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
Śniadanie/ I Śniadanie	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Szynka wieprzowa 50g 1,6,9,10 , Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Dżem owocowy 30g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Kaszka manna na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Sałatka mięsno-makaronowa 50g 1,3,6,7,9,10 , Ser żółty 30g 7 , Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Płatki owsiane na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Ser topiony 25g 7 , Schab pieczony 30g 1,6,9,10 , Ogórek zielony 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Sałatka z makreli 50g 1,4,6,7,9,10 , Papryka czerwona 70g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Indyk z pasieki 70g 1,6,9,10 , Cwikła 100g 9 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Kaszka kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kielbasa żywiecka 50g, 1,6,9,10 , Pomidor w śmietanie z cebulą 60g 7 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Szynka kanapkowa 50g 1,6,9,10 , Serek fromage 30g 7 , Papryka 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7
	Dieta lekkostrawna/ wątrobowa/	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szynka drobiowa 50g 1,6,9,10 , Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Dżem owocowy 30g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Kaszka manna na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Sałatka mięsno-makaronowa 50g 1,3,6,7,9,10 , Ser biały 30g 7 , Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Płatki owsiane na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Dżem owocowy 30g, Schab pieczony 30g 1,6,9,10 , Ogórek zielony 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7 , Jablko	Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Sałatka z makreli 50g 1,4,6,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Indyk z pasieki 70g 1,6,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Kaszka kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Polędwica drobiowa 50g 1,6,9,10 , Pomidor 60g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szynka kanapkowa 50g 1,6,9,10 , Serek fromage 30g 7 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200ml 1,7
Obiad	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Krem z dyni z imbirem 300ml 1,7,9 , Zraz wieprzowy w sosie własnym 200g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Surówka z buraków 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Kotlet schabowy 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Mizeria 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Naleśniki z serem w polewie truskawkowej 2 szt. 1,3,7 , Surówka z marchwi z ananase 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml 1,3,7,9 , Sztuka mięsa w sosie własnym 200g 1,9 , Ryż 200g, Surówka z kapusty białej 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Ryba panierowana smażona 150g 1,3,4,9 , Ziemniaki 200g, Surówka z kiszzonej kapusty 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml 1,7,9 , Łazanki 250g 1,3,7,9 , Surówka z czerwonej konserwowej kapusty 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Udko z kurczaka pieczone 150g 9 , Ziemniaki 200g, Sałata ze śmietaną 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna/ wątrobowa	Krem z dyni 300ml 1,7,9 , Pieczeń wieprzowa 200g 9 , Ziemniaki 200g, Surówka z buraków 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Schab w sosie dietetycznym 250g 1,9 , Ziemniaki 150g, Mizeria 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Bulion z zacierką 300ml 1,3,9 , Makaron z serem w polewie truskawkowej. 2szt 1,3,7 , Surówka z marchwi z ananase 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa z makaronem 300ml 1,3,7,9 , Sztuka mięsa w sosie własnym 200g 1,9 , Ryż 200g, Brokuł parowany 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Ryba pieczona 150g 4,9 , Marchewka na parze 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml 1,7,9 , Makaron z sosem jarzynowym 250g 1,3,7,9 , Cukinia parowana 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Udko z kurczaka gotowane 150g 9 , Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml
Podwieczorek		Galaretkę owocową 150g 1	Jablko 150g	Pianka na jogurcie 150ml 1,7	Mandarynka 1 szt.	Kisiel 150ml 1	Banan 1 szt.	Sałatka owocowa 150g
Kolacja	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Chleb balton. 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Jajko gotowane 1,5 szt. 3 , Sos tatarski 7,9 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb balton. 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Szynka zielonogórka 30g 1,6,9,10 , Pasztet wędzony 30g 1,6,9,10 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb balton. 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kielbasa krakowska 40g 1,6,9,10 , ser żółty 20g 7 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb balton. 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Jajecznicza ze szczyptorkiem i szynką 250g 1,3,6,9,10 , Herbata 300ml	Chleb balton. 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Ser żółty 40g 7 , Serek wiejski z rzodkiewką 30g 7 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb balton. 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Sałata z konserwowanego selera z szynką 100g 1,3,6,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb balton. 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Pasta jajeczna 60g 1,3,7,9,10 , Ogórek konserwowy 50g 9,10 , Sałata 10g, Herbata 300ml
	Dieta lekkostrawna/ wątrobowa	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Masło ex. 20g 7 , Jajko gotowane 1,5 szt. 3 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Szynka zielonogórka 60g 1,6,9,10 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Polędwica drobiowa 40g 1,6,9,10 , Ser biały 20g 7 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Jajecznicza z szynką 250g 1,3,6,9,10 , Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser wiejski 60g 7 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Sałata z szynką 100g 1,3,6,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Pasta jajeczna 60g 1,3,7,9,10 , Ogórek zielony 50g, Sałata 10g, Herbata 300ml
Posilek nocny		Polędwica drobiowa 50g 1,6,9,10 Rzodkiewka 20g, Woda mineralna 500ml	Kielbasa żywiecka/drobiowa 50g 1,6,9,10 Pomidor 30g, Woda mineralna 500ml	Rogalik 100g 1,3 , Woda mineralna 500ml	Kielbasa podwawelska 50g 1,6,9,10 , Rzodkiewka 20g, Woda mineralna 500ml	Dżem 50g, Woda mineralna 500ml	Polędwica wieprzowa 50g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Kielbasa krakowska 50g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml