

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	29.01.2024	30.01.2024	31.01.2024	01.02.2024	02.02.2024	03.02.2024	04.02.2024
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
Śniadanie/ II śniadanie	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Kasza manna na mleku 200ml 1,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Indyk z pasieki 20g 1,6,9,10, Pasztet 30g 1,6,9,10, Ćwikła 100g 9, Sałata 10g, Herbata 200ml. Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Kielbasa podwawelska 50g 1,6,9,10, Sałatka jarzynowa 70g 1,6,7,9,10, Sałata 30g, Herbata 200ml. Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	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 żółty 20g 7, Szynka na kartki 30g 1,6,9,10, Pomidor 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	Ryż na mleku 200ml 7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Pasztet wędzony 20g 1,6,9,10, Rolada ustrzycka 30g 1,6,9,10, Ogórek konserwowy 70g 9,10, Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	Kasza 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 30g 1,6,9,10, Pasta drobiowa z warzywami 70g 1,3,7,9, Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	Makaron na mleku 200ml 1,3,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Kielbasa biała na gorąco 100g 1,6,9,10, Ketchup 10g 1,9,10, Sałata 30g, Ogórek kiszony 70g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Galantyna drobiowa 50g 1,6,9,10, Dżem wiśniowy 50g 12, / Serek żółty 50g (C), Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g
	Dieta lekkostrawna	Kasza manna na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Indyk z pasieki 50g, 1,6,9,10, Buraczki tarte 100g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Kielbasa podwawelska 50g 1,6,9,10, Sałata 30g, Pomidor 70g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	Płatki owsiane na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szynka na kartki 50g 1,6,9,10, Jabłko 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	Ryż na mleku 200ml 7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szynka gotowana ex. 50g 1,6,9,10, Ogórek zielony 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Pierś z indyka 30g 1,6,9,10, Pasta drobiowa z warzywami 70g 1,3,7,9, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	Makaron na mleku 200ml 1,3,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Kielbasa biała na gorąco 100g 1,6,9,10, Ketchup 20g 1,9,10, Sałata 30g, Ogórek zielony 70g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Galantyna drobiowa 50g 1,6,9,10, Dżem wiśniowy 50g 12, Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7, jabłko 100g
Obiad	Dieta podstawowa/ cukrzycowa	Zupa neapolitańska z makaronem 300ml 1,3,7,9, Gulasz wieprzowy 150g 1,7,9, Kluski śląskie 200g 1, Sałatka z ogórka kiszzonego i cebulki 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Pierś z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100g 1,7,9, Ziemniaki 200g 1, Surówka z kapusty białej i marchewki 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Sos bolognese z mięsem wieprzowym 150g 1,9, Makaron pszenny 200g 1,3/ Makaron razowy 200g 1,3 (C), Surówka z selera i marchewki 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 300ml 1,7,9, Pałki z kurczaka 2 szt, ok. 150g 9, Ziemniaki 200g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zurek z jajkiem i kielbasą 300ml 1,3,6,7,9,10, Pierogi leniwe z bułką 300g 1,7, Surówka z pomidora 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z fasolką zieloną i ziemniakami 300ml 1,7,9, Pulpety w sosie śmietanowym 100g/120ml 1,3,7,9, Kasza jęczmienna 200g 1, Buraczki z cebulką 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Ryba smażona 150g 1,3,4,9, Ziemniaki 200g, Sałata ze śmietaną 80g 7,9, Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml 1,3,7,9, Gulasz wieprzowy 150g 1,7,9, Kluski śląskie 200g 1, Brokuł gotowany 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Potrawka z kurczaka z warzywami 150g 1,7,9, Ziemniaki 200g, Marchewka gotowana 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Sos mięsno-warzywny 150g 1,9, Makaron pszenny 200g 1,3, Dynia parowana 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml 1,7,9, Pałki z kurczaka 2 szt, ok. 150g 9, Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa parowana 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Barszcz biały z ziemniakami 300ml 1,7,9, Kopytka w sosie jarzynowym 200g/150g 1,7,9, Brokuł z marchewką 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z fasolką zieloną i ziemniakami 300ml 1,7,9, Pulpety w sosie śmietanowym 100g/120ml 1,3,7,9, Kasza jęczmienna 200g 1, Buraczki 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Ryba pieczona 150g 1,3,4,9, Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem naturalnym 80g 7,9, Kompot owocowy 300ml
Podwieczorek		Jogurt owocowy 150g 7 Jogurt naturalny 150g 7 (C)	Kiwi 1 szt.	Serek homogenizowany smakowy 150g 7 Serek homogenizowany naturalny 150g 7 gruszka- 100g	Budyń 150g 1 Budyń b/cukru 150g 1 © banan 150g	Mandarynka 2 szt.	Kisiel 150g 1 Kisiel b/cukru 150g 1 ©	Galaretka owocowa 150g 1 Galaretka owocowa b/cukru 150g 1 (C)
Kolacja	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Pasta rybna 60g 1,4,6,7,9, Ser żółty 30g 7, Jabłko 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Pierś z indyka 60g 1,6,9,10, Ogórek zielony 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Kielbasa drobiowa 30g 1,6,9,10, Jajko w sosie tatarskim 60g /20ml 1,3,7,9, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Bigos ze słodkiej kapusty z mięsem wp. i wędliną 150g 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Ser żółty 25g 7, Połędwica dr. 30g 1,6,9,10, Sałata 30g, Ogórek zielony 70g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Sałatka makaronowa z szynką 70g 1,3,6,7,9,10, Ser topiony 20g 7, Pomidor 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Szynka zielonogórska 60g 1,6,9,10, Ser fromage 30g 7, Sałata 30g, Ćwikła 70g 9, Herbata 200ml
	Dieta lekkostrawna	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Masło ex. 20g 7, Pasta rybna 60g 1,4,6,7,9, Ser biały 30g 7, Jabłko 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Pierś z indyka 60g 1,6,9,10, Ogórek zielony 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Masło ex. 20g 7, Kielbasa drobiowa 30g 1,6,9,10, Pasta jajeczna 50g 1,3,7,9,10, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Parówka cieleńca na ciepło 100g 1,6,9,10, Ketchup 10g 1,9,10, Pomidor 70g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Masło ex. 20g 7, Ser biały 25g 7, Połędwica dr. 30g 1,6,9,10, Sałata 30g, Ogórek zielony 70g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Masło ex. 20g 7, Szynka drobiowa 60g 1,6,9,10, Pomidor 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szynka zielonogórska 60g 1,6,9,10, Ser fromage 30g 7, Sałata 30g, Buraczki 70g, Herbata 200ml

Posilek nocny	Szynka gotowana 30g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Woda mineralna 500ml	Twaróg z rzodkiewką 50g 7 , Woda mineralna 500ml	Ser biały pieczony 50g 7 , Woda mineralna 500ml	Szynka kanapkowa 30g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Rogal z makiem 100g 1 , Woda mineralna 500ml	Serek wiejski 50g 7 , Rzodkiewka 2 szt, Woda mineralna 500ml	Kielbasa krakowska 30g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml
----------------------	--	--	--	--	--	--	--