

| Lubuskie Centrum Ortopedii | Dzień tygodnia | 26.02.2024 | 27.02.2024 | 28.02.2024 | 29.02.2024 | 01.03.2024 | 02.03.2024 | 03.03.2024 |
|----------------------------|--|--|--|--|--|---|--|---|
| | | Poniedziałek | Wtorek | Środa | Czwartek | Piątek | Sobota | Niedziela |
| Śniadanie/ II Śniadanie | Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C) | Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Jajko gotowane 1 szt. 3 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Cwikła 100g 9 , Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml, | Kasza manna 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Dżem wiśniowy 50g 12 , / Szynka gotowana ex. 30g 1,6,9,10 (C) , serek wiejski 50g 7 , sałata 30g , Herbata 200ml, kawa z mlekiem 200ml, | Ryż na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Ser żółty 25g 7 , Połędwica drobiowa 40g 1,6,9,10 , Sałata 30g, Herbata 200ml, kawa z mlekiem 200ml, | Płatki owsiane na mleku 200ml 7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Indyk z pasieki 50g 1,6,9,10 , Ogórek zielony 50g g, Sałata 30g, Herbata 200ml, kawa z mlekiem 200ml, | Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , pasta jajeczna 50g, dżem 20g Sałata 30g, Herbata 200ml, kawa z mlekiem 200ml, | Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Pasta mięsna 50g, sałata 30g, ogórek konserwowy 30g Herbata 200 ml, kawa z mlekiem 200ml, | Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Kurczak w galarecie 60g 1,6,9,10 , ser żółty 30g , Papryka 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml, kawa z mlekiem 200ml, jabłko |
| | Dieta lekkostrawna | Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Jajko gotowane 1 szt. 3 , Połędwica drobiowa 30g, 1,6,9,10 Cwikła 100g 9 , Sałata 10g, Herbata 200ml, | Kasza manna na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Dżem wiśniowy 50g 12 , Szynka gotowana ex. 30g 1,6,9,10 (C) serek wiejski 50g 7 , Sałata 30g, Herbata 200ml, | Ryż na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Połędwica drobiowa 50g 1,6,9,10 , Ser żółty 25g 7 , Sałata 30g, Herbata 200ml, | Płatki owsiane na mleku 200ml 7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Indyk z pasieki 50g 1,6,9,10 , Ogórek zielony 50g , Sałata 30g, Herbata 300ml, | Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , pasta jajeczna 50g, dżem 20g Sałata 30g, Herbata 300ml, jabłko | Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Pasta miesna 70g 1,6,9,10 , Sałata 30g, Ogórek zielony 50g, Herbata 300ml, | Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Pasta miesna 70g 1,6,9,10 , Sałata 30g, Ogórek zielony 50g, Herbata 300ml, jabłko |
| Obiad | Dieta podstawowa/ cukrzycowa | Zupa pomidorowa z ryżem 300ml 1,7,9 , Makaron świderki 150g Makaron pelnoziarnisty 150g (C) Sos szpinakowy 150g Kompot owocowy 250ml Surówka z selera i jabłka 150g | Zupa pieczarkowa 300ml 1,7,9 , Pyzy z mięsem i cebulą 250g / pyzy bez cebulki 1,3,7,9 , surówka Coleslaw 150g 9 , Kompot owocowy 250ml, | Krupnik zabelany 300ml 1,3,9 , Kotlet mielony 150g 1,7,9 Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g 9 , Kompot owocowy 250ml, | Kapusniak ze słodkiej kapusty zabelany 300ml 1,3,7,9 , Gulasz wieprzowy 200g Kasza jęczmienna 200g, Surówka z marchewki 150g Kompot owocowy 250ml, | Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300ml 1,7,9 , Śledź w śmietanie 150g , Ziemniaki 200g 7 , Surówka z pomidora w sosie winegro 150g, Kompot owocowy 250ml | Zupa fasolowa 300ml 1,7,9 , Ziemniaki 200g , Pulpety w sosie pomidorowym 200g surowka z kapusty pekińskiej w sosie 150g, Kompot owocowy 250ml | Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Kotlet drobiowy smażony 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g 7 , Surówka z białej kapusty 150g, Kompot owocowy 250ml, |
| | Dieta lekkostrawna | Zupa pomidorowa z ryżem 300ml 1,7,9 , Makaron pelnoziarnisty 150g (C) Sos szpinakowy bez smietany 150g Kompot owocowy 250ml Surówka z selera z jabłkiem 150g | Bulion z zacierka 300ml 1,7,9 , Pyzy z mięsem bez cebulki 250g 1,3,7,9 , surówki Coleslaw 150g 9 , Kompot owocowy 250ml, | Krupnik 300ml 1,3,9 , Kotlet mielony bez panierki pieczony 150g 1,7,9 Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g 9 , Kompot owocowy 250ml, | Kapusniak ze słodkiej kapusty 300ml 1,3,7,9 , Gulasz wieprzowy 200g Kasza jęczmienna 200g Surówka z marchewki 150g Kompot owocowy 250ml, | Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 1,7,9 , Ryba pieczona w sosie koperkowym 150g 1,4,7,9 , Ziemniaki 200g 7 , Dymia parowana 150g 9 , Kompot owocowy 250ml | Bulion z ryżem 300ml 1,7,9 , Ziemniaki 200g , Pulpety w sosie pomidorowym 200g surowka z kapusty pekińskiej 150g, Kompot owocowy 250ml | Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , kotlet drobiowy pieczony 150g 9 , Ziemniaki 200g 7 , Surówka z białej kapusty 200g, Kompot owocowy 250ml, |
| Podwieczorek | | Gruszka 150g/ | Jabłko 1 szt | Kiwi 1szt | Budyń 100ml 7 , | 1 szt mandarynka | Salatka owocowa 100g, | Kisiel 100ml/ |
| 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 z makreli 50g 1,4,6,7,9 , Papryka 70g, Sałata 30g, Herbata 300ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Szynka drobiowa 60g 1,6,9,10 , Pomidor 70g, Sałata 30g, Herbata 300ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Kielbasa krakowska 40g , ser framage 30g 1,6,7,9,10 , Sałata 30g, Herbata 300ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Leczo warzywno – mięsne 150g , Herbata 300ml | 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 świeży 70g , Herbata 300ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Szynka krakowska 60g, ser żółty 30g, Pomidor 70g, Sałata 30g, Herbata 300ml | Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 / Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Sałata 20g 7 , Sałata 30g, Herbata 300ml |
| | Dieta lekkostrawna | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Pasta rybna z makreli 50g 1,4,6,7,9 , Marchewka 70g, Sałata 30g, Herbata 300ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Szynka drobiowa 60g 1,6,9,10 , Pomidor 70g, Sałata 30g, Herbata 300ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Masło ex 20g 7 , Pasta twarogowa z wędliną 60g 1,6,7,9,10 , Sałata 30g, Herbata 300ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Leczo warzywne 150g , Herbata 300ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Masło ex 20g 7 , Ser żółty 25g, Połędwica dr. 30g 1,6,9,10 , Sałaty 30g Ogórek świeży 70g , Herbata 300ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Masło ex 20g 7 , Szynka krakowska 60g, ser żółty 30g, Pomidor 70g, Sałata 30g, Herbata 300ml | Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Szynka zielonogórska 60g, sałatka warzywna 1,6,9,10 , sałata 20g, Herbata 300ml |
| Posilek nocny | | Ser żółty 30g 7 , rzodkiewka 20g , woda mineralna 500 ml | kielbasa podwawelska 30g woda mineralna 500ml | schab pieczony 30g, rzodkiewka 20g, woda mineralna 500ml | Twaróg na słojo z rzodkiewka 20g 7, woda mineralna 500ml | Twaróg na słodko 50g, rzodkiewka 20g, woda mineralna 500ml | Rogal z makiem 100g 1 , woda mineralna 500ml | Ser topiony 30g 7 , rzodkiewka 20g , woda mineralna 500 ml |