

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	08.04.2024	09.04.2024	10.04.2024	11.04.2024	12.04.2024	13.04.2024	14.04.2024
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
Śniadanie /II 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 , Ser żółty 30g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Cwikła 100g 9 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Kasza manna na mleku 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. 50g 1,6,9,10 (C) , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 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 , Ser żółty 30g 7 , Sałatka mięsno-makaronowa 70g 1,3,6,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 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 , Indyk z pasieki 50g 1,6,9,10 , Ser biały z rzodkiewką 30g 7 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 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 , Pasta z makreli 1,3,4,7,9,10 , Dżem owocowy 20g/Ser topiony 20g 7 (C) , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	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 z makreli 1,3,4,7,9,10 , Dżem owocowy 20g/Ser topiony 20g 7 (C) , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 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 , Parówka na ciepło 100g 1,6,9,10 , Dżem 30g/ Ser żółty 30g 7 (C) , Papryka 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7
	Dieta lekkostrawna	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g 7 , Połędwica drobiowa 30g, 1,6,9,10 , Buraczki 100g 9 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Kasza manna na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Dżem wiśniowy 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałatka mięsno-makaronowa 70g 1,3,6,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki owsiane na mleku 200ml 7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Indyk z pasieki 50g 1,6,9,10 , Ser biały 30g 7 , Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Pasta z makreli 70g 1,3,4,7,9,10 , Dżem owocowy 20g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Pasta z makreli 70g 1,3,4,7,9,10 , Dżem owocowy 20g, Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Parówka na ciepło 100g 1,6,9,10 , Dżem 30g, Pomidor 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7
Obiad	Dieta podstawowa/cukrzycowa (C)	Zupa neapolitańska 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g 1,7,9 , Makaron 150g 1,3/ Makaron pełnoziarnisty 150g 1,3 (C) , Surówka z selera i jabłka 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Gulasz wieprzowy 200g 1,7,9 , Kasza jęczmienna 200g 1 , Surówka z marchewki ze śmietaną 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Pierogi ukraińskie z cebulką 200g 1,3,7,9 , Surówka z kapusty pekińskiej 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300ml 1,3,7,9 Kurczak w sosie bazyliowym 150g 1,7,9 , Ziemniaki 200g 7 , Surówka młodej kapusty 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml 1,7,9 , Racuchy w sosie waniliowo-owocowym 200g 1,3,7 , Banan 150g, Kompot owocowy 300ml	Krupnik zabelany 300ml 1,7,9 , Kotlet mielony 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g 7 , Mizeria 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Palki z kurczaka 2 szt./150g 9 , Ziemniaki 200g 7 , Sałata ze śmietaną 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna	Zupa neapolitańska 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy bez śmietany 150g 1,7,9 , Makaron 150g 1,3 , Surówka z selera i jabłka 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Bulion z zacierka 300ml 1,3,9 , Gulasz wieprzowy 200g 1,7,9 , Ziemniaki 200g 7 , Marchewka parowana 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Pierogi ukraińskie 200g 1,3,7,9 , Brokuł parowany 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Barszcz biały z ziemniakami 1,7,9 , Kurczak w sosie własnym 150g 1,9 , Ziemniaki 200g 7 , Warzywa parowane 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml 1,7,9 , Kopytka w sosie waniliowo-owocowym 150g 1,3,7 , Banan 150g, Kompot owocowy 300ml	Bulion z ryżem 300ml 1,9 , Pulpet mielony parowany 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g 7 , Mizeria z jogurtem 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Palki z kurczaka 2 szt./150g 9 , Ziemniaki 200g 7 , Sałata ze jogurtem 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml
Podwieczorek		Kiwi 1 szt.	Budyń 150ml 1,7	Jabłko 1 szt.	Kisiel 150ml 1	Mandarynka 1 szt.	Sałatka owocowa 150g	Gruszka 1 szt.
Kolacja	Dieta podstawowa/cukrzycowa (C)	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kiełbasa z pieca 30g 1,6,9,10 , Sałatka jarzynowa 70g 1,3,7,9 , Papryka 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kiełbasa wyborna 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kiełbasa krakowska 40g 1,6,9,10 , Ser fromage 30g 7 , Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kapusta z mięsem i kiełbasą 150g 1,6,9,10 , Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Ser żółty 30g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałata 10g, Ogórek zielony 50g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Szyńska krakowska 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Sałatka mięsna z selerem konserwowym 80g 1,3,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml
	Dieta lekkostrawna	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szyńska drobiowa 60g 1,6,9,10 , Marchewka 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szyńska drobiowa 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałaty 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Kiełbasa na ciepło 100g 1,6,9,10 , Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g, Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałata 10g, Ogórek zielony 50g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szyńska drobiowa 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Sałatka mięsna z selerem konserwowym 80g 1,3,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml
Posilek nocny		Wafle ryżowe 3 szt. Woda mineralna 500ml	Kiełbasa podwawelska 50g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Schab pieczony 50g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Ser żółty 50g 7 , Rzodkiewka 20g, Woda mineralna 500ml	Szynka drobiowa 50g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Rogal z makiem 150g 1 , Woda mineralna 500ml	Połędwica drobiowa 50g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml