

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	01.07.2024	02.07.2024	03.07.2024	04.07.2024	05.07.2024	06.07.2024	07.07.2024
		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 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 50g 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 1,3,7,9,10 , Dżem owocowy 20g/Ser topiony 20g 7 (C) , Sałata 10g, Miód 20g, 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 1,3,7,9,10 , Dżem owocowy 20g/Ser topiony 20g 7 (C) , Sałata 10g, Ogórek konserwowy 30g 9,10 , 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 , Papryka 50g, Dżem 30g, 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, szynka gotowana 40g , 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 50g 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 jajeczna 70g 1,3,7,9,10 , Dżem owocowy 20g, miód 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 miesna 70g 9 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 , Pomidor 50g, Dżem 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7
Obiad	Dieta podstawowa/cukrzycowa (C)	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300ml Ziemniaki 200g, Kurczak w sosie bazyliowym 150g Surówka z selera i jabłka 200g 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 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml. Karkówka w sosie cebulowym 150g, rzodkiewka 2szt Ziemniaki 200g , 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna zabeliana 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g 1,7,9 , Makaron 150g 1,3/ Makaron pełnoziarnisty 150g 1,3 (C) , g Kompot owocowy 300ml	Krupnik 300ml 1,7,9 , Racuchy w sosie waniliowo-owocowym 200g, Surówka z pomidora w sosie winegret 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa neapolitańska 300ml 1,7,9 , Kotlet mielony 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Mizeria 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Palki z kurczaka 2szt 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Sałata ze śmietaną 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna	Barszcz biały z ziemniakami 1,7,9 , Kurczak w sosie własnym 200g, Ziemniaki 200g warzywa parowane 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Bulion z zacierką 300ml 1,3,9 , pulpet parowany 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Marchewka parowana 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa 300ml, 1,7,9 , Schab w sosie własnym 150g , rzodkiewka 2szt Ziemniaki 200g , 150g 9 , Brokuł parowany 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy z mięsem 150g 1,7,9 , Makaron 150g 1,3 , Kompot owocowy 300ml	Bulion z zacierką 300ml 1,7,9 , Racuchy niskotłuszczowe 150g Dynia parowana 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Bulion z ryżem 300ml 1,9 , kotlet mielony parowany g 1,3,7,9 , Ziemniaki 200g, Mizeria z jogurtem 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Palki z kurczaka 2szt 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml
Podwieczorek		Kiwi 1 szt.	Budyń 150ml 1,7 ,	Jabłko 1 szt.	Kisiel 150ml 1	Arbuz 150g	Sałatka owocowa 150g	Gruszka 1szt
Kolacja	Dieta podstawowa/cukrzycowa (C)	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Kielbasa 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 , Kielbasa 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 , Kielbasa 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 , Leczo z mięsem 150g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Ser żółty 30g 7 , Szynka tyrolska 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 , Szynka z pieca 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 , Kielbasa krakowska 80g 1,3,7,9,10 , Rzodkiewka 10g , Herbata 200ml
	Dieta lekkostrawna	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szynka drobiowa 60g 1,6,9,10 , Marchewka 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szynka drobiowa 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g 7 , Kielbasa krakowska 30g 1,6,9,10 , Sałaty 10g Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Kielbasa na ciepło 100g 1,6,9,10 , Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g, Szynka tyrolska 30g 1,6,9,10 , Sałata 10g, Ogórek zielony 50g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szynka z pieca 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , szynka krakowska 80g 1,3,7,9,10 , buraki w plasterkach 10g, Herbata 200ml
Posilek nocny		Waffle ryżowe 3szt Woda mineralna 500ml	Szynka wykwinna 40g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Szynka rubinowa 40g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Migdały 20g Woda mineralna 500ml	Twaróg ze szczypiorkiem i ogórkiem 40g, Woda mineralna 500ml	Rogal z makiem 150g 1 , Woda mineralna 500ml	Jajko gotowane 40g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml