

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	22.07.2024	23.07.2024	24.07.2024	25.07.2024	26.07.2024	27.07.2024	28.07.2024
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
Śniadanie	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1, 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, Masło ex. 20g 7, Dżem wiśniowy 50g 12, Jabłko 50g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Ryż na mleku 200ml 7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 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	Platki owsiane na mleku 200ml 1,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1, 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, Masło ex. 20g 7, Pasta rybna 70g 1,4,7,9,10, Dżem owocowy 20g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Pasta mięsna 70g 9, Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Platki jęczmieńne na mleku 200ml 1,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Parówka na ciepło 100g 1,6,9,10, Miód 25g, 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, Jabłko 50g, 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	Platki 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 rybna 70g 1,4,7,9,10, 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 mięsna 70g 9, Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Platki jęczmieńne na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Parówka na ciepło 100g 1,6,9,10, Miód 25g, Pomidor 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7
	Dieta cukrzycowa	Chleb graham 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	Chleb graham 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szyńska gotowana ex. 50g 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Chleb graham 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	Chleb graham 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	Chleb graham 100g 1, Masło ex. 20g 7, Pasta rybna 70g 1,4,7,9,10, Ser topiony 20g 7, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Chleb graham 100g 1, Masło ex. 20g 7, Pasta mięsna 70g 9, Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Chleb graham 100g 1, Masło ex. 20g 7, Parówka na ciepło 100g 1,6,9,10, Ser żółty 25g 7, Pomidor 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7
Obiad	Dieta podstawowa	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300ml 1,3,7,9, Kurczak w sosie bazylowym 100g 1,7,9, Ziemniaki 200g, 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 jęczmieńna 200g 1, Surówka z marchewki ze jogurtem naturalnym 7,9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml 1,7,9, Karkówka w sosie cebulowym 100g 1,7,9, Ziemniaki 200g, Surówka z kapusty białej 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna zabieleną 300ml 1,7,9, Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g 1,7,9, Makaron pszenny 150g 1,3, Surówka z pomidora w sosie winegret 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Krupnik z kaszą jęczmieńną 300ml 1,7,9, Racuchy w sosie waniliowo-owocowym 200g, Gruszka 200g, Kompot owocowy 300ml	Zupa neapolitańska 300ml 1,7,9, Kotlec mielony 100g 1,3,9, Ziemniaki 200g, Mizzeria 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Udko z kurczaka 1 szt./150g 9, Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem naturalnym 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna	Barszcz biały z ziemniakami 300ml 1,7,9, Kurczak w sosie bazylowym 150g 1,7,9, Ziemniaki 200g, Surówka z selera i jabłka 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Gulasz wieprzowy 200g 1,7,9, Kasza jęczmieńna 200g 1, Surówka z marchewki ze jogurtem naturalnym 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml 1,7,9, Podudzie z kurczaka pieczone 100g 9, Ziemniaki 200g, Brokuł parowany 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna zabieleną 300ml 1,7,9, Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g 1,7,9, Makaron pszenny 150g 1,3, Marchewka parowana 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Krupnik z kaszą jęczmieńną 300ml 1,7,9, Racuchy pieczone w sosie waniliowo-owocowym 200g, Gruszka 200g, Kompot owocowy 300ml	Zupa neapolitańska 300ml 1,7,9, Pulpet mielony 100g w sosie koperkowym 150ml 1,3,7,9, Ziemniaki 200g, Mizzeria 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Udko z kurczaka 1 szt./150g 9, Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem naturalnym 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml
	Dieta cukrzycowa	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300ml 1,3,7,9, Kurczak w sosie bazylowym 150g 1,7,9, Ziemniaki 200g, 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 jęczmieńna 200g 1, Surówka z marchewki ze jogurtem naturalnym 7,9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml 1,7,9, Podudzie z kurczaka pieczone 100g 9, Ziemniaki 200g, Surówka z kapusty białej 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna zabieleną 300ml 1,7,9, Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g 1,7,9, Makaron razowy 150g 1,3, Surówka z pomidora w sosie winegret 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Krupnik z kaszą jęczmieńną 300ml 1,7,9, Risotto z warzywami z sosem śmietankowym 1,7,9, Gruszka 200g, Kompot owocowy 300ml	Zupa neapolitańska 300ml 1,7,9, Pulpet mielony 100g w sosie koperkowym 150ml 1,3,7,9, Ziemniaki 200g, Mizzeria 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Udko z kurczaka 1 szt./150g 9, Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem naturalnym 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml
Podwieczorek		Kiwi 1 szt.	Budyń b/cukru 150ml 1,7	Jabłko 1 szt.	Kisiel b/cukru 150ml 1	Arbuz 150g	Salatka owocowa 150g 9	Jabłko 1 szt.
Kolacja	Dieta podstawowa	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, 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, Masło ex. 20g 7, Kielbasa wyborna 60g 1,6,9,10, Ogórek kiszony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Jajko gotowane 1 szt. 3, Ser fromage 30g 7, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Leczo z mięsem 150g 9, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Ser żółty 30g 7, Szyńska tyrolska 30g 1,6,9,10, Sałata 10g, Ogórek zielony 50g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Szyńska z pieca 60g 1,6,9,10, Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Kielbasa krakowska 50g 1,3,7,9,10, Rzodkiewka 20g, Herbata 200ml
	Dieta lekkostrawna	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Połędwica drobiowa 50g 1,6,9,10, Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szyńska drobiowa wyborna 60g 1,6,9,10, Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Połędwica drobiowa 40g 1,6,9,10, Ser fromage 30g 7, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Leczo z mięsem 150g 9, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Masło ex. 20g 7, Ser biały 30g 7, Szyńska drobiowa 30g 1,6,9,10, Sałata 10g, Ogórek zielony 50g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szyńska z pieca 60g 1,6,9,10, Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Masło ex. 20g 7, Połędwica drobiowa 50g 1,3,7,9,10, Sałata 20g, Herbata 200ml
	Dieta cukrzycowa	Chleb graham 100g 1, Masło ex. 20g 7, Połędwica drobiowa 50g 1,6,9,10, Papryka 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb graham 100g 1, Masło ex. 20g 7, Kielbasa wyborna 60g 1,6,9,10, Ogórek kiszony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb graham 100g 1, Masło ex. 20g 7, Jajko gotowane 1 szt. 3, Ser fromage 30g 7, Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb graham 1100g 1, Masło ex. 20g 7, Leczo z mięsem 150g 9, Herbata 200ml	Chleb graham 100g 1, Masło ex. 20g 7, Ser biały 30g 7, Szyńska tyrolska 30g 1,6,9,10, Sałata 10g, Ogórek zielony 50g, Herbata 200ml	Chleb graham 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szyńska z pieca 60g 1,6,9,10, Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb graham 100g 1, Masło ex. 20g 7, Kielbasa krakowska 50g 1,3,7,9,10, Rzodkiewka 20g, Herbata 200ml
Posilek nocny		Wafle ryżowe 3 szt. Woda mineralna 500ml	Szyńska wykwinna 40g 1,6,9,10, Woda mineralna 500ml	Szyńska rubinowa 40g 1,6,9,10, Woda mineralna 500ml	Twaróg ze szczypiorkiem i ogórkiem 40g 7, Woda mineralna 500ml	Szyńska wykwinna 40g 1,6,9,10, Woda mineralna 500ml	Rogal z makiem 150g 1, Woda mineralna 500ml	Jajko gotowane 40g 3, Woda mineralna 500ml