Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	23.09.2024	24.09.2024	25.09.2024	26.09.2024	27.09.2024	28.09.2024	29.09.2024
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
Śniadanie	Dieta podstawowa	Makaron na mleku 200ml **1,3,7,** Chleb balton. 60g **1,** Chleb graham 40g **1**, Masło ex. 20g **7,** Ser żółty 30g **7,** Polędwica drobiowa 30g **1,6,9,10,** Ćwikła 50g **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 30g **12,** Schab z kija 40g **7,** 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,** jajko 1szt, Sałatka mięsno-makaronowa 60g **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**, Masło ex. 20g **7,** Schab ze spizarni 40g **1,6,9,10,** Ser biały z rzodkiewką 30g **7,** Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml **1,7**	Zacierka na mleku 200ml **1,3,7,** Chleb balton. 60g **1,** Chleb graham 40g **1**, Masło ex. 20g **7,** Sałatka z makreli 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,** Poledwica sopocka 50g **9**, Sałata 10g, Ogórek zielony 30g**,** Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml **1,7**	Płatki jęczmienne na mleku 200ml **1,7,** Chleb balton. 60g **1,** Chleb graham 40g **1**, Masło ex. 20g **7, kiełbasa piwna 4**0g **1,6,9,10,** Miód 25g, Papryka 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml **1,7**
	Dieta lekkostrawna/ cukrzycowa	Makaron na mleku 200ml **1,3,7,** Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,** Masło ex. 20g **7,** Dżem owocowy 20g, Polędwica drobiowa 30g, **1,6,9,10,** Buraczki 50g **9**, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml **1,7**	Kasza manna na mleku 200ml,Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1, 1,7,** Masło ex. 20g **7,** Dżem wiśniowy 30g , schab z kija 40g **7,** Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml **1,7**	Ryż na mleku 200ml **7,** Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,**Masło ex. 20g **7, jajko 1szt.** Sałatka mięsno-makaronowa 60g **1,3,6,7,9,10**, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml **1,7**	Płatki owsiane na mleku 200ml **7,** Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,** Masło ex. 20g **7,** Schab ze spiżarni 40g **1,6,9,10,** Ser biały 30g **7,** Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml **1,7**	Zacierka na mleku 200ml **1,3,7,**Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,** Masło ex. 20g **7, Sałatka** z makreli 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 pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,**Masło ex. 20g **7**, Poledwica sopocka 50g **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,** Poledwica drobiowa 40g **1,6,9,10,** Miód 25g, Pomidor 30g, 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 bazyliowym 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 jęczmienna 200g **1**, Surówka z marchewki ze jogurtem naturalnym **7,9,** Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml **1,7,9,** Ziemniaki 200g, Jajko sadzone 2szt, Surówka z kapusty białej 200g **9,** Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna zabielana 300ml **1,7,9,** Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g **1,7,9,** Makaron pszenny 150g **1,3**, pomidor w ćwiartkach 200g **9,** Kompot owocowy 300ml	Zupa kalafiorowa z iemniakami 300ml **1,7,9,** Racuchy w sosie waniliowo-owocowym 200g **1,3,7**, Surówka z kapusty pekińskiej Kompot owocowy 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml **1,7,9,** Kotlet mielony 100g **1,3,9,** Ziemniaki 200g, Mizeria 200g **7,9,** Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml **1,3,9,** Pałka z kurczaka./ 150g **9,** Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem naturalnym 200g **7,9,** Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna/ cukrzycowa	Barszcz biały z ziemniakami 300ml **1,7,9,** Kurczak w sosie bazyliowym 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 jęczmienna 200g **1**, Surówka z marchewki ze jogurtem naturalnym 200g **7,9,** Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml **1,7,9**, Ziemniaki 200g, jajko sadzone 2 szt, Brokuł parowany 200g **9,** Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna zabielana 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 jęczmienną 300ml **1,7,9,** Racuchy pieczone z sosem waniliowo-owocowym 200g **1,3,7**, Surówka z kapusty pekińskiej 200g, Kompot owocowy 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml **1,7,9,** Pulpet mielony 100g w sosie koperkowym 150ml **1,3,7,9,** Ziemniaki 200g, Mizeria 200g **7,9,** Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml **1,3,9,** Pałka z kurczaka gotowana / 150g **9,** Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem naturalnym 200g **7,9,** Kompot owocowy 300ml
Podwieczorek		Gruszka 1 szt.	Budyń b/cukru 150ml **1,7**	Śliwka 2 szt.	Kisiel b/cukru 150ml **1**	Arbuz 150g	Sałatka owocowa 150g **9**	Jabłko 1 szt.
Kolacja	Dieta podstawowa	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,** Masło ex. 20g **7,** Kiełbasa z pieca 30g **1,6,9,10,** Sałatka jarzynowa 60g **1,3,7,9,** Papryka 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1**, Masło ex. 20g **7, kiełbasa góralska 4**0g **1,6,9,10,** Ogórek kiszony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,** Masło ex. 20g **7,** Pasztet wiedeński 40g**,** Ser fromage 30g **7,** Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,** Masło ex. 20g **7,** kiełbasa śląska na ciepło 100g **9,** Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,** Masło ex. 20g **7,** Ser biały 30g **7,** Szynka piastowska 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, pasta jajeczna** 60g **1,6,9,10,** Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1**, Masło ex. 20g **7,** poledwica drobiowa 50g **1,3,7,9,10**, Rzodkiewka 20g, Herbata 200ml
	Dieta lekkostrawna/ cukrzycowa	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,M**asło ex. 20g **7,** Polędwica drobiowa 50g **1,6,9,10,** Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,**Masło ex. 20g **7,** Szynka drobiowa wyborna 40g **1,6,9,10,** Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,** Masło ex. 20g **7,** Polędwica drobiowa 40g **1,6,9,10,** Ser fromage 30g **7,** Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,** Masło ex. 20g **7,** Parówka na ciepło 100g **9,** Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g Masło ex. 20g **7,** Ser biały 30g **7,** Szynka piastowska 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, pasta jajeczna** 60g **1,6,9,10,** Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g **1,** Chleb graham 40g **1,** Masło ex. 20g **7,** Polędwica drobiowa 50g **1,3,7,9,10**, Sałata 20g, Herbata 200ml
Posiłek nocny		Wafle ryżowe 2szt. Woda mineralna 500ml	Szynka wykwintna 30g **1,6,9,10,** Woda mineralna 500ml	Szynka rubinowa 30g **1,6,9,10**, Woda mineralna 500ml	Serek waniliowy 100g, serek naturalny 100g (C) Woda mineralna 500ml	kiełbasa podlaska 30g **1,6,9,10,** Woda mineralna 500ml	Rogal z makiem 150g **1,** Woda mineralna 500ml	kabanos klasyczny drobiowy 30g **3,** Woda mineralna 500ml