

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	07.10.2024	08.10.2024	09.10.2024	10.10.2024	11.10.2024	12.10.2024	13.10.2024
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
Śniadanie	Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 200ml 1,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Pasta mięsna 40g 9, Pomidor 30g, 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, Poledwica sopocka 40g, 1,6,9,10, Rolada ustrzycka 20g 7, Sałata 10g, Ogórek kiszony 30g, 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, Ser topiony 30g 7, Schab z kija 30g 1,6,9,10, Papryka 30g, Sałata 10g, 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, Paszтет wiedeński 30g 1,6,9,10, Miód 10g, Ser biały 20g 7, Burak w plasterach 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, Szyzka drobiowa gotowana 30g 1,6,9,10, Ser biały ze szczypiorkiem 50g 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, Parówki z szynki 80g 1,6,9,10, Musztarda 10g 9,10, 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, Masło ex. 20g 7, kielbasa dla chłopca 30g 1,6,9,10, Dżem wiśniowy 20g, serek kanapkowy 20g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Kasza manna na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1(C)Masło ex. 20g 7, Pasta mięsna 40g 9, Pomidor bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Makaron na mleku 200ml 1,3,7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1(C) Masło ex. 20g 7, Poledwica sopocka 40g, 1,6,9,10, Twaróg 20g 7, Sałata 10g, Ogórek kiszony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki owsiane na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1(C) Masło ex. 20g 7, Ser biały 30g 7, Schab z kija 30g 1,6,9,10, Pomidor bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Ryż na mleku 200ml 7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1(C)Masło ex. 20g 7, Poledwica drobiowa 30g 1,6,9,10, Miód 10g, Ser biały 20g 7, Burak w plasterach 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(C)Masło ex. 20g 7, Szyzka drobiowa gotowana 30g 1,6,9,10, Ser biały z koperkiem 50g 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(C)Masło ex. 20g 7, Parówki z szynki 80g 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, MChleb graham 40g 1(C),Masło ex. 20g 7, Szyzka drobiowa 30g 1,6,9,10, Dżem wiśniowy 30g, serek kanapkowy, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7
Obiad	Dieta podstawowa	Krem z brokułów 300ml 1,7,9, Gulasz wieprzowy 150g 1,7,9, Ryż 200g 1, Sałatka z ogórka kiszzonego i cebulki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa zabieleną 300ml 1,7,9, Piersz z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100g 1,7,9, Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej i marchewki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Sos bolognese z mięsem wieprzowym 150g 1,9, Makaron pszenny 200g 1,3, Surówka z selera i marchewki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Żurek z jajkami i ziemniakami 300ml 1,3,7,9, Wątróbka drobiowa w sosie własnym 150g 1,7,9, Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 300ml ogórek kiszony 100g	Botwinka 300ml 1,7,9, Pierogi leniwe z bułką 250g 1,3,7,9, Surówka z pomidora w sosie vinegre 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z fasolką zieloną i ziemniakami 300ml 1,7,9, Pulpety w sosie śmietanowym 100g/120ml 1,3,7,9, Kasza jęczmienna 200g 1, Buraczki z cebulką 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Ryba smażona 100g 1,3,4,9, Ziemniaki 200g, Sałata ze śmietaną 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Krem z brokułów 300ml 1,7,9, Gulasz wieprzowy, mięso odtuszczone 150g 1,7,9, Ryż, 200g 1, Dynia parowana 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa 300ml 1,7,9, Piersz z kurczaka parowana 100g 1,7,9, Ziemniaki 200g Marchew parowana 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa groszkowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Sos pomidorowy z mięsem wieprzowym 150g 1,9, Makaron pszenny 200g 1,3, Surówka z selera i marchewki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Barszcz biały z ziemniakami 200ml 1,3,7,9, Wątróbka drobiowa w sosie własnym 150g 1,7,9, Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 300ml ogórek zielony 100g	Barszcz czerwony 300ml 1,7,9, Pierogi leniwe 250g 1,3,7,9, Surówka z pomidora b/skórki z jogurtem nat. 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z fasolką zieloną i ziemniakami 300ml 1,7,9, Pulpety w sosie śmietanowym 100g/120ml 1,3,7,9, Kasza jęczmienna 200g 1, Buraczki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Ryba parowana 100g 4,9, Ziemniaki 200g, Sałata jogurtem nat. 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml
Podwieczorek		Jogurt owocowy 150g 7/ Jogurt naturalny 150g 7 (C)	Jabłko 1 szt.	Pianka jogurtowa 150g	Gruszka 1 szt.	Kisiel b/cukru 150ml 1	Jabłko 1 szt.	Banan 1 szt.
Kolacja	Dieta podstawowa	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Jajko 1,5 szt. w sosie tatarskim 100g 3,7, Ser żółty 20g 7, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Szyzka dębowa 40g 1,6,9,10, Ogórek 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Ser mozzarella 30g 7, Kielbasa góralska 30g 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Kapusta z mięsem i kielbasa 150g 1,9,10, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Filet pieczony premium 50g 1,6,9,10 Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Sałatka makaronowa z szynką 40g 1,3,6,7,9,10, Ser topiony 20g 7, Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Szyzka tradycyjna od kojca 40g 1,6,9,10, Ser żółty 30g 7, Herbata 200ml
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1(C)Masło ex. 20g 7, Jajko gotowane 1,5 szt. 3, Ser biały 20g 7, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1(C)Masło ex. 20g 7, Szyzka dębowa 40g 1,6,9,10, Ogórek bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Szyzka drobiowa 40g 1,6,9,10, ogórek bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1(C)Masło ex. 20g 7, Ryż z jabłkami 150g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1(C)Masło ex. 20g 7, Filet pieczony premium 50g 1,6,9,10 Sałata 10g, Ogórek zielony b/skórki 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1(C)Masło ex. 20g 7, Sałatka makaronowa z szynką 40g 1,3,6,7,9,10, Ser biały 20g 7, Pomidor bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1(C)Masło ex. 20g 7, Szyzka tradycyjna 40g 1,6,9,10, Ser biały 30g 7, Herbata 200ml
Posilek nocny		Schabowa kanapkowa 30g 1,6,9,10, Woda mineralna 500ml	Boczek duński parzony 30g 7 Woda mineralna 500ml	Wafle ryżowe 30g(C), Rzodkiewka 30g, Woda mineralna 500ml	Szyzka piastowska 30g 1,6,9,10, Woda mineralna 500ml	Serek waniliowy 150g 7/ Serek naturalny 150g 7 (C)	jajko 1 szt 3, Woda mineralna 500ml	Mix sałat w sosie 30g 7 Woda mineralna 500ml