

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	18.03.2024	19.03.2024	20.03.2024	21.03.2024	22.03.2024	23.03.2024	24.03.2024
		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 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 jajeczna 70g 1,3,7,9,10 , 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 mięsna 70g 9 , Sałata 10g, Ogórek konserwowy 30g 9,10 , Herbata 200 ml, 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, 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 jajeczna 70g 1,3,7,9,10 , 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	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)	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g 1,7,9 , Makaron pełnoziarnisty 150g 1,3 (C) , Surówka z selera i jabłka 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Pyzy z mięsem i cebulą 250g 1,3,7,9 , Surówka Coleslaw 150g 7,9 , Kompot owocowy 300 ml	Krupnik zabieleny 300ml 1,7,9 , Kotlec mielony 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Kapuśniak ze słodkiej kapusty zabieleny 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	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300ml 1,3,7,9 , Śledź w śmietanie 150g 4,7,9 , Ziemniaki 200g, Surówka z pomidora w sosie winogret 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Pulpety w sosie pomidorowym 200g 1,3,7,9 , Ziemniaki 200g, Mizeria 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Kotlec drobiowy smażony 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Sałata ze śmietaną 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy bez śmietany 150g 1,7,9 , Makaron świderki 150g 1,3 , Surówka z selera i jabłka 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Bulion z zacierka 300ml 1,3,9 , Pyzy z mięsem bez cebulki 250g 1,3,7,9 , Marchewka parowana 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Krupnik zabieleny 300ml 1,7,9 , Pulpet drobiowy 150g 1,7,9 , Ziemniaki 200g, Brokuł parowany 150g 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 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Barszcz biały z ziemniakami 1,7,9 , Ryba pieczona w sosie koperkowym 150g 1,4,7,9 , Ziemniaki 200g, Dynia parowana 150g 9 , Kompot owocowy 300ml	Bulion z ryżem 300ml 1,9 , Pulpety w sosie pomidorowym 200g 1,3,7,9 , Ziemniaki 200g, Mizeria 150g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Filet drobiowy pieczony 150g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Sałata ze śmietaną 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	Kisiel 150ml 1
Kolacja	Dieta podstawowa/cukrzycowa (C)	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex. 20g 7 , Szynka drobiowa 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 , Szynka drobiowa 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 , Kielbasa śląska na ciepło 100g 1,6,9,10 , Ketchup 10g 9,10 , Musztarda 10g 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 , Szynka 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 , 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 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałaty 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Kielbasa śląska 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 , Szynka 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		Ser żółty 50g 7/ Ser biały 50g 7 (L) Woda mineralna 500ml	Kielbasa podwawelska 50g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Schab pieczony 50g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Ser żółty 50g 7/ Ser biały 50g 7 (L) Woda mineralna 500ml	Twaróg na słodko 50g 7/ Twaróg na słono 50g 7 (C) , Woda mineralna 500ml	Rogal z makiem 150g 1 , Woda mineralna 500ml	Kielbasa żywiecka 50g 1,6,9,10 , Połędwica drobiowa 50g 1,6,9,10 (L) , Woda mineralna 500ml