

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-06-20		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Ser żółty (7) 20g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Pomidor 50g, *Jabłko 100g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml,	*Krupnik z kaszą jęczmienną zabieleny (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, Pierogi ukraińskie z cebulką (1,3,7,9) 150g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, Arbuź 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Filet z indyka (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Sałatka z pomidora z jogurtem naturalnym (7,9) 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Twaróg (7) 50g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 154.54 g; Energia: 2632.06 kcal; Woda: 1154.82 g; Białko ogółem: 104.29 g; białko zwierzęce: 50.51 g; białko roślinne: 40.38 g; Tłuszcz: 97.75 g; Węglowodany ogółem: 366.24 g; Sód: 3295.76 mg; Potas: 3569.45 mg; Wapń: 870.73 mg; Witamina C: 162.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1780.21 ug; Błonnik pokarmowy: 35.62 g;		
piątek 2025-06-20		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Połędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Ser żółty (7) 20g, *Pomidor 50g, *Jabłko 100g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, II Śniadanie: *Budyń na mleku b/cukru (1,7) 200ml,	*Krupnik z kaszą jęczmienną zabieleny (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Pulpet mielony (1,3,9) 150g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, *Sos pomidorowy (1,7,9) 100ml, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Filet z indyka (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Sałatka z pomidora z jogurtem naturalnym (7,9) 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Twaróg (7) 50g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 268.75 g; Energia: 3294.42 kcal; Woda: 1757.80 g; Białko ogółem: 139.18 g; białko zwierzęce: 75.44 g; białko roślinne: 50.34 g; Tłuszcz: 106.91 g; Węglowodany ogółem: 483.68 g; Sód: 4413.57 mg; Potas: 6990.29 mg; Wapń: 1133.54 mg; Witamina C: 247.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1805.36 ug; Błonnik pokarmowy: 45.13 g;		
piątek 2025-06-20		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Twaróg (7) 20g, *Pomidor 50g, *Jabłko 100g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Sałata 10g,	*Krupnik z kaszą jęczmienną zabieleny (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Pulpet mielony (1,3,9) 150g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, *Sos pomidorowy (1,7,9) 100ml, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, Arbuź 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Filet z indyka (1,6,9,10) 50g, *Herbata 300ml, *Sałatka z pomidora z jogurtem naturalnym (7,9) 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Twaróg (7) 50g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 263.99 g; Energia: 2979.57 kcal; Woda: 1473.18 g; Białko ogółem: 129.69 g; białko zwierzęce: 67.50 g; białko roślinne: 48.79 g; Tłuszcz: 96.35 g; Węglowodany ogółem: 435.96 g; Sód: 4294.36 mg; Potas: 5572.65 mg; Wapń: 599.38 mg; Witamina C: 212.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1726.26 ug; Błonnik pokarmowy: 42.51 g;		
piątek 2025-06-20		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Ser żółty (7) 20g, *Szynka (1,6,9,10) 50g, *Pomidor 50g, *Jabłko 100g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, II Śniadanie: *Budyń na mleku (1,7) 200ml,	*Krupnik z kaszą jęczmienną zabieleny (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, Pierogi ukraińskie z cebulką (1,3,7,9) 150g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, Arbuź 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Filet z indyka (1,6,9,10) 60g, *Herbata 300ml, *Sałatka z pomidora z jogurtem naturalnym (7,9) 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Twaróg (7) 50g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 157.87 g; Energia: 2904.91 kcal; Woda: 1218.49 g; Białko ogółem: 125.07 g; białko zwierzęce: 63.51 g; białko roślinne: 41.75 g; Tłuszcz: 108.59 g; Węglowodany ogółem: 389.22 g; Sód: 3937.04 mg; Potas: 3838.30 mg; Wapń: 883.34 mg; Witamina C: 162.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1795.21 ug; Błonnik pokarmowy: 35.65 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-23		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, Paprykarz (1,3,4,7,9) 40g, *Papryka 90g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Wędlina (1,6,9,10) 30g,	*Zupa jarzynowa z fasolką szparagową (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Pyzy z mięsem (1,3,9) 150g, *Brokuł parowany 200g, Podwieczorek: *Gruszka 100g, *Woda mineralna 500ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ogonówka (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Sałatka ryżowa z tuńczykiem, kukurydzą i majonezem (1,3,4,7,9,10) 50g, *Pomidor 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Wędlina (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 139.29 g; Energia: 2578.95 kcal; Woda: 997.15 g; Białko ogółem: 103.26 g; białko zwierzęce: 43.66 g; białko roślinne: 46.01 g; Tłuszcz: 100.62 g; Węglowodany ogółem: 348.79 g; Sód: 3025.99 mg; Potas: 4616.90 mg; Wapń: 450.48 mg; Witamina C: 378.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1589.17 ug; Błonnik pokarmowy: 36.53 g;		
poniedziałek 2025-06-23		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, Paprykarz (1,3,4,7,9) 40g, *Sałata 10g, *Papryka 90g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Wędlina (1,6,9,10) 30g, II Śniadanie: *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,	*Zupa jarzynowa z fasolką szparagową (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (9) 150g, *Brokuł parowany 200g, Podwieczorek: *Gruszka 100g, *Woda mineralna 500ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ogonówka (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Sałatka ryżowa z tuńczykiem, kukurydzą i jogurtem (1,4,7,9) 150g, *Pomidor 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 30g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 159.54 g; Energia: 2192.40 kcal; Woda: 1086.79 g; Białko ogółem: 102.75 g; białko zwierzęce: 53.61 g; białko roślinne: 41.19 g; Tłuszcz: 68.97 g; Węglowodany ogółem: 319.73 g; Sód: 3349.19 mg; Potas: 3993.93 mg; Wapń: 642.12 mg; Witamina C: 358.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1604.71 ug; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;		
poniedziałek 2025-06-23		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Pasta z soczewicy (9) 40g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 90g, *Wędlina (1,6,9,10) 30g,	*Zupa jarzynowa z fasolką szparagową (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Pyzy z mięsem (1,3,9) 150g, *Brokuł parowany 200g, Podwieczorek: *Gruszka 100g, *Woda mineralna 500ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ogonówka (1,6,9,10) 30g, *Sałatka ryżowa z tuńczykiem, kukurydzą i jogurtem (1,4,7,9) 150g, *Herbata 300ml, *Pomidor 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 30g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 163.59 g; Energia: 2684.60 kcal; Woda: 1043.72 g; Białko ogółem: 110.47 g; białko zwierzęce: 41.01 g; białko roślinne: 55.86 g; Tłuszcz: 91.55 g; Węglowodany ogółem: 393.10 g; Sód: 2800.24 mg; Potas: 4976.51 mg; Wapń: 554.36 mg; Witamina C: 258.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1127.56 ug; Błonnik pokarmowy: 42.18 g;		
poniedziałek 2025-06-23		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, Paprykarz (1,3,4,7,9) 40g, *Papryka 90g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Wędlina (1,6,9,10) 50g, II Śniadanie: *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,	*Zupa jarzynowa z fasolką szparagową (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Pyzy z mięsem (1,3,9) 150g, *Brokuł parowany 200g, Podwieczorek: *Gruszka 100g, *Woda mineralna 500ml,	*Pomidor 100g, *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ogonówka (1,6,9,10) 60g, *Herbata 300ml, *Sałatka ryżowa z tuńczykiem, kukurydzą i majonezem (1,3,4,7,9,10) 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Wędlina (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 142.62 g; Energia: 2736.45 kcal; Woda: 1145.99 g; Białko ogółem: 121.90 g; białko zwierzęce: 60.96 g; białko roślinne: 47.34 g; Tłuszcz: 107.04 g; Węglowodany ogółem: 354.99 g; Sód: 3729.82 mg; Potas: 5084.40 mg; Wapń: 629.64 mg; Witamina C: 379.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1620.17 ug; Błonnik pokarmowy: 36.53 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-06-24		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Pasztecik drobiowy (1,6,9,10) 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 100g,	*Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Łazanki razowe z kapustą kiszoną i kielbasą wieprzową (1,3,7,9) 300g, *Pomidor 100g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Truskawki 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Salami (1,6,9,10) 50g, *Marchewka wiórki 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Ser mozzarella (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 125.04 g; Energia: 2653.73 kcal; Woda: 1026.06 g; Białko ogółem: 100.54 g; białko zwierzęce: 39.42 g; białko roślinne: 38.52 g; Tłuszcz: 116.73 g; Węglowodany ogółem: 339.13 g; Sód: 3845.21 mg; Potas: 3285.09 mg; Wapń: 514.47 mg; Witamina C: 90.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2932.73 ug; Błonnik pokarmowy: 32.60 g;		
wtorek 2025-06-24		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Pasztecik drobiowy (1,6,9,10) 50g, *Twaróg (7) 20g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 100g, *Ser żółty (7) 20g, II Śniadanie: *Kisiel b/cukru (1) 200ml,	*Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą wieprzową (1,3,7,9) 300g, *Pomidor 100g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Truskawki 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Marchewka wiórki 100g, *Marchewka wiórki 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser mozzarella (7) 30g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 155.14 g; Energia: 2413.23 kcal; Woda: 1170.41 g; Białko ogółem: 102.33 g; białko zwierzęce: 47.35 g; białko roślinne: 38.78 g; Tłuszcz: 89.45 g; Węglowodany ogółem: 340.45 g; Sód: 3758.26 mg; Potas: 3564.58 mg; Wapń: 884.92 mg; Witamina C: 94.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4609.03 ug; Błonnik pokarmowy: 35.81 g;		
wtorek 2025-06-24		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Wędlina (1,6,9,10) 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 100g, *Twaróg (7) 20g,	*Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Makaron z serem na słońcu (1,3,7) 300g, *Pomidor 100g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Truskawki 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Marchewka wiórki 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser mozzarella (7) 30g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 123.47 g; Energia: 2394.22 kcal; Woda: 967.47 g; Białko ogółem: 103.62 g; białko zwierzęce: 41.55 g; białko roślinne: 39.47 g; Tłuszcz: 84.63 g; Węglowodany ogółem: 340.02 g; Sód: 2880.85 mg; Potas: 3116.89 mg; Wapń: 484.00 mg; Witamina C: 73.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2596.88 ug; Błonnik pokarmowy: 30.55 g;		
wtorek 2025-06-24		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Pasztecik drobiowy (1,6,9,10) 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 100g, *Ser żółty (7) 20g, II Śniadanie: *Kisiel (1) 200ml,	*Barszcz czerwony z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą wieprzową (1,3,7,9) 300g, *Pomidor 100g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Truskawki 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Salami (1,6,9,10) 60g, *Marchewka wiórki 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Ser mozzarella (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 128.94 g; Energia: 2926.33 kcal; Woda: 1046.84 g; Białko ogółem: 112.82 g; białko zwierzęce: 51.65 g; białko roślinne: 38.57 g; Tłuszcz: 133.34 g; Węglowodany ogółem: 357.85 g; Sód: 4225.91 mg; Potas: 3356.69 mg; Wapń: 845.07 mg; Witamina C: 90.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3049.03 ug; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-06-28		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 40g, *Pomidor 30g, *Serek wiejski (7) 30g,	*Zupa grochowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 100g, *Sałata ze śmietaną i szczypiorkiem (7,9) 200g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Pianka na jogurcie (1,7) 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Pomidor 100g, *Herbata 300ml, *Wędlina (1,6,9,10) 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Paszтет drobiowy (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 189.49 g; Energia: 2746.41 kcal; Woda: 1313.65 g; Białko ogółem: 122.66 g; białko zwierzęce: 60.40 g; białko roślinne: 46.59 g; Tłuszcz: 98.18 g; Węglowodany ogółem: 376.28 g; Sód: 3362.48 mg; Potas: 4952.97 mg; Wapń: 580.45 mg; Witamina C: 136.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1465.66 ug; Błonnik pokarmowy: 37.13 g;		
sobota 2025-06-28		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Serek wiejski (7) 30g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 40g, *Pomidor 30g, II Śniadanie: *Jabłko 100g,	*Zupa grochowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 100g, *Sałata z jogurtem naturalnym (7,9) 200g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Pianka na jogurcie (1,7) 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Sałatka jarzynowa (1,3,7,9) 30g, *Wędlina (1,6,9,10) 50g, *Pomidor 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Paszтет drobiowy (1,6,9,10) 30g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 188.14 g; Energia: 2653.08 kcal; Woda: 1420.49 g; Białko ogółem: 116.55 g; białko zwierzęce: 63.19 g; białko roślinne: 46.70 g; Tłuszcz: 92.73 g; Węglowodany ogółem: 373.21 g; Sód: 3698.33 mg; Potas: 5250.09 mg; Wapń: 674.69 mg; Witamina C: 138.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1482.56 ug; Błonnik pokarmowy: 39.03 g;		
sobota 2025-06-28		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Szynka (1,6,9,10) 40g, *Pomidor 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Serek wiejski (7) 30g,	*Zupa jarzynowa z soczewicą (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Pulpet mielony (1,3,9) 100g, *Sałata z jogurtem naturalnym (7,9) 200g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Pianka na jogurcie (1,7) 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka (1,6,9,10) 50g, *Herbata 300ml, *Twaróg (7) 30g, *Pomidor 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 30g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 179.67 g; Energia: 2700.33 kcal; Woda: 1346.76 g; Białko ogółem: 135.24 g; białko zwierzęce: 74.73 g; białko roślinne: 44.04 g; Tłuszcz: 85.39 g; Węglowodany ogółem: 376.71 g; Sód: 3699.97 mg; Potas: 5050.93 mg; Wapń: 675.86 mg; Witamina C: 128.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1133.31 ug; Błonnik pokarmowy: 33.60 g;		
sobota 2025-06-28		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Serek wiejski (7) 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 50g, *Pomidor 30g, II Śniadanie: *Jabłko 100g,	*Zupa grochowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 100g, *Sałata ze śmietaną i szczypiorkiem (7,9) 200g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Pianka na jogurcie (1,7) 100g,	*Wędlina (1,6,9,10) 50g, *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Sałatka jarzynowa (1,3,7,9) 30g, *Herbata 300ml, *Pomidor 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Paszтет drobiowy (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 200.64 g; Energia: 2941.48 kcal; Woda: 1452.21 g; Białko ogółem: 130.52 g; białko zwierzęce: 67.05 g; białko roślinne: 47.80 g; Tłuszcz: 105.26 g; Węglowodany ogółem: 403.70 g; Sód: 3704.00 mg; Potas: 5284.13 mg; Wapń: 613.21 mg; Witamina C: 145.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1641.11 ug; Błonnik pokarmowy: 39.79 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny