

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-06		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Ser żółty (7) 30g, *Pasta z makreli wędzonej (1,3,4,9,10) 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Sałata 10g, *Ogórek zielony 50g, *Sałatka z pomidora 50g,	*Zupa selerowa z makaronem (1,3,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (9) 200g, *Cukinia pieczona 200g, Podwieczorek: *Sok owocowy 300ml, Arbuż 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Twaróg (7) 30g, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Surówka z rzodkiewki, jajka i śmietany (7,9) 50g, 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: 192.74 g; Energia: 2701.04 kcal; Woda: 1021.73 g; Białko ogółem: 133.86 g; białko zwierzęce: 84.85 g; białko roślinne: 35.22 g; Tłuszcz: 105.84 g; Węglowodany ogółem: 327.17 g; Sód: 4070.42 mg; Potas: 2732.82 mg; Wapń: 999.40 mg; Witamina C: 57.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1373.46 ug; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;		
niedziela 2025-09-07		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Jajko 1,5 szt. w sosie tatarskim (1,3,7) 80g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Sałata 10g, *Sałatka z pomidora 40g, *Papryka 60g,	*Zupa groszkowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 150g, *Mizeria z jogurtem (7,9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle kukurydziane 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Sałatka z buraczków, jajka, ziemniaków i wędliny w jogurcie naturalnym (3,7) 100g, *Marchewka wiórki 50g, *Ogórek zielony 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 30g, *Ser fromage (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 278.65 g; Energia: 3106.90 kcal; Woda: 1398.14 g; Białko ogółem: 137.52 g; białko zwierzęce: 78.34 g; białko roślinne: 43.59 g; Tłuszcz: 122.50 g; Węglowodany ogółem: 396.24 g; Sód: 6237.02 mg; Potas: 5057.85 mg; Wapń: 427.91 mg; Witamina C: 201.24 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2363.92 ug; Błonnik pokarmowy: 35.94 g;		