

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-18		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Papryka 50g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Pomidor 50g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Twarożek ze szczypiorkiem i ogórkiem zielonym (7,9) 40g,	*Zupa krem z białych warzyw z płatkami migdałów (1,7,9) 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 150g, *Kompot owocowy 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Sałata ze śmietaną i szczypiorkiem (7,9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Salami (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Pomidor 50g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 40g, *Ogórek zielony 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: 248.34 g; Energia: 3109.75 kcal; Woda: 1388.32 g; Białko ogółem: 133.03 g; białko zwierzęce: 68.95 g; białko roślinne: 42.68 g; Tłuszcz: 125.31 g; Węglowodany ogółem: 397.44 g; Sód: 3385.57 mg; Potas: 5129.39 mg; Wapń: 487.67 mg; Witamina C: 239.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1570.96 ug; Błonnik pokarmowy: 38.28 g;		
czwartek 2025-09-18		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Papryka 50g, *Pomidor 50g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Twarożek ze szczypiorkiem i ogórkiem zielonym (7,9) 40g, II Śniadanie: *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,	*Zupa krem z białych warzyw z płatkami migdałów (1,7,9) 300ml, *Pulpet mielony (1,3,9) 150g, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Sałata z jogurtem naturalnym (7,9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Salami (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Pomidor 50g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 40g, *Ogórek zielony 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: 234.01 g; Energia: 2872.90 kcal; Woda: 1552.03 g; Białko ogółem: 132.33 g; białko zwierzęce: 78.23 g; białko roślinne: 41.70 g; Tłuszcz: 108.58 g; Węglowodany ogółem: 375.53 g; Sód: 3606.44 mg; Potas: 5440.02 mg; Wapń: 807.37 mg; Witamina C: 233.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1454.01 ug; Błonnik pokarmowy: 37.39 g;		
czwartek 2025-09-18		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Pomidor 100g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Twarożek z ogórkiem zielonym (7,9) 40g,	*Zupa krem z białych warzyw z płatkami migdałów (1,7,9) 300ml, *Pulpet mielony (1,3,9) 150g, *Kompot owocowy 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Sałata z jogurtem naturalnym (7,9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Pomidor 50g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 40g, *Ogórek zielony 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: 232.00 g; Energia: 2894.81 kcal; Woda: 1415.25 g; Białko ogółem: 136.55 g; białko zwierzęce: 72.78 g; białko roślinne: 42.37 g; Tłuszcz: 97.66 g; Węglowodany ogółem: 400.04 g; Sód: 3511.84 mg; Potas: 5238.74 mg; Wapń: 569.42 mg; Witamina C: 171.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1213.94 ug; Błonnik pokarmowy: 37.07 g;		
czwartek 2025-09-18		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Papryka 50g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Pomidor 50g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Twarożek ze szczypiorkiem i ogórkiem zielonym (7,9) 60g, II Śniadanie: *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,	*Zupa krem z białych warzyw z płatkami migdałów (1,7,9) 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 150g, *Kompot owocowy 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Sałata ze śmietaną i szczypiorkiem (7,9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Salami (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Pomidor 50g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 40g, *Ogórek zielony 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: 249.79 g; Energia: 3239.14 kcal; Woda: 1585.98 g; Białko ogółem: 143.62 g; białko zwierzęce: 79.49 g; białko roślinne: 42.73 g; Tłuszcz: 130.26 g; Węglowodany ogółem: 408.14 g; Sód: 3484.93 mg; Potas: 5441.50 mg; Wapń: 747.71 mg; Witamina C: 242.56 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1633.00 ug; Błonnik pokarmowy: 38.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-09-19		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Południca drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Ser topiony (7) 20g, *Ćwikła (9) 100g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Sałata 10g,	*Zupa wiosenna z zacierką (1,3,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Jajko sadzone (3) 2szt, *Ziemniaki gotowane 200g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Sok owocowy 300ml, *Jabłko 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser mozzarella (7) 40g, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 50g, *Ogórek zielony 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Wędlina (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 232.30 g; Energia: 2961.70 kcal; Woda: 1479.52 g; Białko ogółem: 140.24 g; białko zwierzęce: 69.25 g; białko roślinne: 40.69 g; Tłuszcz: 107.16 g; Węglowodany ogółem: 392.05 g; Sód: 4536.28 mg; Potas: 4785.34 mg; Wapń: 727.71 mg; Witamina C: 184.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1996.51 ug; Błonnik pokarmowy: 37.04 g;		
piątek 2025-09-19		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Ser topiony (7) 20g, *Południca drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Ćwikła (9) 100g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Sałata 10g, II Śniadanie: *Gruszka 100g,	*Zupa wiosenna z zacierką (1,3,7,9) 300ml, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Jajko sadzone (3) 2szt, *Ziemniaki gotowane 200g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Jabłko 100g, *Sok warzywny (9) 300ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser mozzarella (7) 40g, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 50g, *Ogórek zielony 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: 232.30 g; Energia: 2735.35 kcal; Woda: 1475.61 g; Białko ogółem: 133.83 g; białko zwierzęce: 69.25 g; białko roślinne: 38.08 g; Tłuszcz: 100.97 g; Węglowodany ogółem: 363.54 g; Sód: 4535.31 mg; Potas: 4750.40 mg; Wapń: 722.54 mg; Witamina C: 184.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1996.51 ug; Błonnik pokarmowy: 36.29 g;		
piątek 2025-09-19		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Południca drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Buraczki (9) 100g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Twaróg (7) 20g, *Sałata 10g,	*Zupa wiosenna z zacierką (1,3,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Jajko sadzone (3) 2szt, *Ziemniaki gotowane 200g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Sok owocowy 300ml, *Jabłko 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka (1,6,9,10) 50g, *Ser mozzarella (7) 40g, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 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: 225.87 g; Energia: 2919.13 kcal; Woda: 1472.23 g; Białko ogółem: 140.63 g; białko zwierzęce: 70.29 g; białko roślinne: 40.04 g; Tłuszcz: 102.61 g; Węglowodany ogółem: 389.96 g; Sód: 4375.88 mg; Potas: 4694.03 mg; Wapń: 661.96 mg; Witamina C: 168.17 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1969.08 ug; Błonnik pokarmowy: 36.00 g;		
piątek 2025-09-19		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Południca drobiowa (1,6,9,10) 50g, *Ser topiony (7) 30g, *Ćwikła (9) 100g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Sałata 10g, II Śniadanie: *Gruszka 100g,	*Zupa wiosenna z zacierką (1,3,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Jajko sadzone (3) 2szt, *Ziemniaki gotowane 200g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Sok owocowy 300ml, *Jabłko 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser mozzarella (7) 40g, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 50g, *Ogórek zielony 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Wędlina (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 233.64 g; Energia: 3030.50 kcal; Woda: 1509.95 g; Białko ogółem: 147.32 g; białko zwierzęce: 75.80 g; białko roślinne: 41.22 g; Tłuszcz: 111.63 g; Węglowodany ogółem: 392.17 g; Sód: 4876.71 mg; Potas: 4896.44 mg; Wapń: 768.07 mg; Witamina C: 184.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2019.91 ug; Błonnik pokarmowy: 37.04 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-22 Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Pasta z fasoli (9) 40g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Rzodkiewka 40g, *Papryka 50g,	*Zupa grochowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, Pałki z kurczaka (9) 150g, *Buraczki z cebulką (9) 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Śliwka 3szt,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 30g, *Kalarepa tarkowana z jogurtem naturalnym (7) 100g, *Serek wiejski z pomidorem (7,9) 40g, 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: 210.43 g; Energia: 2746.41 kcal; Woda: 1344.30 g; Białko ogółem: 136.88 g; białko zwierzęce: 63.77 g; białko roślinne: 57.70 g; Tłuszcz: 85.07 g; Węglowodany ogółem: 408.60 g; Sód: 3703.25 mg; Potas: 6036.47 mg; Wapń: 659.05 mg; Witamina C: 192.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1010.39 ug; Błonnik pokarmowy: 46.66 g;		
poniedziałek 2025-09-22 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Pasta z fasoli (9) 40g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Rzodkiewka 40g, *Papryka 50g, II Śniadanie: *Budyń na mleku b/cukru (1,7) 200ml,	*Zupa grochowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, Pałki z kurczaka (9) 150g, *Buraczki z cebulką (9) 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Śliwka 3szt,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 30g, *Kalarepa tarkowana z jogurtem naturalnym (7) 100g, *Serek wiejski z pomidorem (7,9) 40g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Wędlina (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 210.43 g; Energia: 2668.26 kcal; Woda: 1343.19 g; Białko ogółem: 133.32 g; białko zwierzęce: 63.35 g; białko roślinne: 54.57 g; Tłuszcz: 84.31 g; Węglowodany ogółem: 393.81 g; Sód: 3698.55 mg; Potas: 5985.82 mg; Wapń: 655.24 mg; Witamina C: 192.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1001.69 ug; Błonnik pokarmowy: 45.91 g;		
poniedziałek 2025-09-22 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, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Pomidor 100g,	*Zupa groszkowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, Pałki z kurczaka (9) 150g, *Buraczki (9) 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Banan 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Kalarepa tarkowana z jogurtem naturalnym (7) 100g, *Serek wiejski z pomidorem (7,9) 40g, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Wędlina (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 228.96 g; Energia: 2821.35 kcal; Woda: 1394.15 g; Białko ogółem: 136.79 g; białko zwierzęce: 63.77 g; białko roślinne: 57.62 g; Tłuszcz: 80.26 g; Węglowodany ogółem: 437.75 g; Sód: 4133.71 mg; Potas: 6436.96 mg; Wapń: 627.82 mg; Witamina C: 140.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 862.92 ug; Błonnik pokarmowy: 46.66 g;		
poniedziałek 2025-09-22 Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Pasta z fasoli (9) 40g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 50g, *Rzodkiewka 40g, *Papryka 50g, II Śniadanie: *Budyń na mleku (1,7) 200ml,	*Zupa grochowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, Pałki z kurczaka (9) 150g, *Buraczki z cebulką (9) 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Śliwka 3szt,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 30g, *Kalarepa tarkowana z jogurtem naturalnym (7) 100g, *Serek wiejski z pomidorem (7,9) 40g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Wędlina (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 211.76 g; Energia: 2960.76 kcal; Woda: 1370.56 g; Białko ogółem: 149.05 g; białko zwierzęce: 68.97 g; białko roślinne: 58.28 g; Tłuszcz: 93.25 g; Węglowodany ogółem: 431.57 g; Sód: 3960.03 mg; Potas: 6144.82 mg; Wapń: 666.16 mg; Witamina C: 192.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1016.39 ug; Błonnik pokarmowy: 46.69 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-09-24 Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Ogórek kiszony 50g, *Sałata 10g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ser mozzarella (7) 20g,	*Barszcz biały z jajkiem (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Kotlet schabowy (1,3,9) 150g, *Surówka z czarnej rzepy (9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Gruszka 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Pomidor 70g, *Herbata 300ml, *Ser żółty (7) 30g, *Ogórek zielony 30g, *Ogonówka (1,6,9,10) 30g, 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: 138.28 g; Energia: 3081.43 kcal; Woda: 1068.81 g; Białko ogółem: 142.89 g; białko zwierzęce: 85.40 g; białko roślinne: 40.03 g; Tłuszcz: 127.67 g; Węglowodany ogółem: 358.05 g; Sód: 3775.69 mg; Potas: 4223.50 mg; Wapń: 884.88 mg; Witamina C: 90.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1850.62 ug; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;		
środa 2025-09-24 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 50g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ser mozzarella (7) 20g, *Ogórek kiszony 50g, II Śniadanie: *Kisiel (1) 200ml,	*Barszcz biały z jajkiem (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Surówka z czarnej rzepy (9) 200g, *Schab pieczony w sosie własnym (9) 150g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Gruszka 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Pomidor 70g, *Herbata 300ml, *Twaróg (7) 30g, *Ogórek zielony 30g, *Ogonówka (1,6,9,10) 30g, 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: 207.44 g; Energia: 2647.25 kcal; Woda: 1311.66 g; Białko ogółem: 120.83 g; białko zwierzęce: 71.14 g; białko roślinne: 38.60 g; Tłuszcz: 88.59 g; Węglowodany ogółem: 360.68 g; Sód: 3223.28 mg; Potas: 5560.89 mg; Wapń: 410.50 mg; Witamina C: 139.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1641.42 ug; Błonnik pokarmowy: 34.27 g;		
środa 2025-09-24 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Pomidor 50g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 50g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ser mozzarella (7) 20g,	*Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Schab pieczony w sosie własnym (9) 150g, *Marchewka parowana 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Gruszka 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Twaróg (7) 30g, *Pomidor 70g, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 30g, *Ogonówka (1,6,9,10) 30g, 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: 266.54 g; Energia: 2806.50 kcal; Woda: 1491.71 g; Białko ogółem: 127.32 g; białko zwierzęce: 64.89 g; białko roślinne: 44.94 g; Tłuszcz: 85.84 g; Węglowodany ogółem: 407.71 g; Sód: 2696.72 mg; Potas: 6525.78 mg; Wapń: 451.36 mg; Witamina C: 169.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4203.12 ug; Błonnik pokarmowy: 42.60 g;		
środa 2025-09-24 Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ser mozzarella (7) 20g, *Ogórek kiszony 50g, II Śniadanie: *Kisiel (1) 200ml,	*Barszcz biały z jajkiem (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Kotlet schabowy (1,3,9) 150g, *Surówka z czarnej rzepy (9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Gruszka 100g,	*Ogórek zielony 30g, *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Pomidor 70g, *Herbata 300ml, *Ser żółty (7) 30g, *Ogonówka (1,6,9,10) 30g, 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: 138.28 g; Energia: 3156.83 kcal; Woda: 1070.17 g; Białko ogółem: 142.93 g; białko zwierzęce: 85.40 g; białko roślinne: 40.07 g; Tłuszcz: 127.67 g; Węglowodany ogółem: 376.59 g; Sód: 3791.69 mg; Potas: 4224.70 mg; Wapń: 887.68 mg; Witamina C: 90.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1850.62 ug; Błonnik pokarmowy: 32.51 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-25 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) 30g, *Papryka 50g, *Sałatka z makreli (1,4,9) 50g,	*Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kasza pęczak (1) 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Gulasz wieprzowy (1,7,9) 150g, *Marchew z groszkiem (9) 200g, Podwieczorek: *Sok owocowy 300ml, Arbuż 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Surówka coleslaw (7,9) 100g, *Herbata 300ml, *Wędlina (1,6,9,10) 50g, *Paszтет sojowy (1,9) 40g, *Pomidor 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 30g, *Pierś z kurczaka 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 227.22 g; Energia: 3086.70 kcal; Woda: 1098.38 g; Białko ogółem: 134.72 g; białko zwierzęce: 75.86 g; białko roślinne: 34.46 g; Tłuszcz: 127.27 g; Węglowodany ogółem: 376.06 g; Sód: 4277.02 mg; Potas: 3700.68 mg; Wapń: 301.31 mg; Witamina C: 195.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3700.20 ug; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;		
czwartek 2025-09-25 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Sałatka z makreli (1,4,9) 50g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Papryka 50g, II Śniadanie: *Jabłko 100g,	*Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kasza pęczak (1) 200g, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Gulasz wieprzowy (1,7,9) 150g, *Marchew z groszkiem (9) 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Jabłko 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Wędlina (1,6,9,10) 50g, *Surówka coleslaw (7,9) 100g, *Paszтет sojowy (1,9) 40g, *Pomidor 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Pierś z kurczaka 30g, *Ser fromage (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 155.22 g; Energia: 3057.15 kcal; Woda: 1155.21 g; Białko ogółem: 128.17 g; białko zwierzęce: 75.86 g; białko roślinne: 34.31 g; Tłuszcz: 125.04 g; Węglowodany ogółem: 392.04 g; Sód: 4280.42 mg; Potas: 3767.98 mg; Wapń: 299.71 mg; Witamina C: 194.83 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3678.20 ug; Błonnik pokarmowy: 37.06 g;		
czwartek 2025-09-25 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) 30g, *Pomidor 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Sałatka z makreli (1,4,9) 50g,	*Zupa brokułowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kasza pęczak (1) 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Gulasz wieprzowy (1,7,9) 150g, *Marchew z groszkiem (9) 200g, Podwieczorek: *Sok owocowy 300ml, Arbuż 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 50g, *Herbata 300ml, *Marchewka wiórki 100g, *Twaróg (7) 40g, *Pomidor 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Pierś z kurczaka 30g, *Ser fromage (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 242.48 g; Energia: 2930.74 kcal; Woda: 1106.18 g; Białko ogółem: 141.32 g; białko zwierzęce: 83.24 g; białko roślinne: 33.68 g; Tłuszcz: 109.32 g; Węglowodany ogółem: 373.26 g; Sód: 3911.32 mg; Potas: 3850.86 mg; Wapń: 315.98 mg; Witamina C: 110.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4876.80 ug; Błonnik pokarmowy: 33.68 g;		
czwartek 2025-09-25 Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Sałata 10g, *Sałatka z makreli (1,4,9) 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 50g, *Papryka 50g, II Śniadanie: *Jabłko 100g,	*Zupa kalafiorowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kasza pęczak (1) 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Gulasz wieprzowy (1,7,9) 150g, *Marchew z groszkiem (9) 200g, Podwieczorek: *Sok owocowy 300ml, Arbuż 150g,	*Wędlina (1,6,9,10) 60g, *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Surówka coleslaw (7,9) 100g, *Paszтет sojowy (1,9) 40g, *Pomidor 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 30g, *Pierś z kurczaka 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 229.22 g; Energia: 3238.20 kcal; Woda: 1212.88 g; Białko ogółem: 143.62 g; białko zwierzęce: 83.66 g; białko roślinne: 35.56 g; Tłuszcz: 131.52 g; Węglowodany ogółem: 396.86 g; Sód: 4663.52 mg; Potas: 3966.18 mg; Wapń: 309.81 mg; Witamina C: 201.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3723.20 ug; Błonnik pokarmowy: 35.11 g;		

