

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-11-01 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Ketchup (1,9,10) 10g, *Parówka drobiowa (1,6,9,10) 90g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 50g, *Dyń parowana 50g, II Śniadanie: *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,	*Zupa pomidorowa z ryżem brązowym (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Udko z kurczaka gotowane (9) 150g, *Buraczki z cebulką (9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Ryż z jabłkiem i polewą jogurtową (7) 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 20g, *Herbata 300ml, *Marchewka w słupkach 50g, *Pasta jajeczna (1,3,9,10) 30g, *Papryka 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Wędlina (1,6,9,10) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 210.17 g; Energia: 2858.00 kcal; Woda: 1572.12 g; Białko ogółem: 129.13 g; białko zwierzęce: 79.15 g; białko roślinne: 40.38 g; Tłuszcz: 114.83 g; Węglowodany ogółem: 361.64 g; Sód: 4262.63 mg; Potas: 5724.62 mg; Wapń: 858.95 mg; Witamina C: 190.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2162.00 ug; Błonnik pokarmowy: 37.19 g;		
sobota 2025-11-01 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Połędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Twaróg (7) 20g, *Dyń parowana 50g, *Ogórek zielony 50g,	*Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Udko z kurczaka gotowane (9) 150g, *Ziemniaki gotowane 200g, *Buraczki (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Ryż z jabłkiem i polewą jogurtową (7) 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 20g, *Herbata 300ml, *Marchewka w słupkach 50g, *Pomidor 50g, *Pasta jajeczna (1,3,9,10) 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Wędlina (1,6,9,10) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 185.81 g; Energia: 2868.22 kcal; Woda: 1408.44 g; Białko ogółem: 133.55 g; białko zwierzęce: 76.94 g; białko roślinne: 43.81 g; Tłuszcz: 94.76 g; Węglowodany ogółem: 402.60 g; Sód: 4530.90 mg; Potas: 5380.96 mg; Wapń: 646.79 mg; Witamina C: 119.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1932.73 ug; Błonnik pokarmowy: 36.30 g;		
sobota 2025-11-01 Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Parówka drobiowa (1,6,9,10) 90g, *Ketchup (1,9,10) 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 50g, *Dyń parowana 50g, II Śniadanie: *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,	*Zupa pomidorowa z ryżem brązowym (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Udko z kurczaka gotowane (9) 150g, *Buraczki z cebulką (9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Ryż z jabłkiem i polewą jogurtową (7) 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Marchewka w słupkach 50g, *Pasta jajeczna (1,3,9,10) 30g, *Papryka 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 20g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 210.84 g; Energia: 3063.48 kcal; Woda: 1587.51 g; Białko ogółem: 137.81 g; białko zwierzęce: 81.75 g; białko roślinne: 43.26 g; Tłuszcz: 119.31 g; Węglowodany ogółem: 394.67 g; Sód: 4391.61 mg; Potas: 5811.77 mg; Wapń: 865.85 mg; Witamina C: 190.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2165.00 ug; Błonnik pokarmowy: 37.94 g;		
niedziela 2025-11-02 Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Szyńka drobiowa (1,6,9,10) 20g, *Serek wiejski (7) 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml,	*Rosół drobiowy z makaronem (1,3,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Kotlet schabowy (1,3,9) 100g, *Marchew z groszkiem (9) 150g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Gruszka 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szyńka drobiowa (1,6,9,10) 20g, *Herbata 300ml, *Sałatka jarzynowa (1,3,7,9) 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jajko gotowane (3) 1szt, *Ser fromage (7) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 233.09 g; Energia: 2816.38 kcal; Woda: 1047.17 g; Białko ogółem: 110.68 g; białko zwierzęce: 53.07 g; białko roślinne: 39.70 g; Tłuszcz: 98.62 g; Węglowodany ogółem: 407.52 g; Sód: 3240.68 mg; Potas: 4148.54 mg; Wapń: 334.22 mg; Witamina C: 90.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3402.12 ug; Błonnik pokarmowy: 39.89 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-11-05 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Pasta z makreli wędzonej (1,3,4,9,10) 50g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny (7) 150g,	*Zupa selerowa z makaronem (1,3,7,9) 300ml, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (9) 200g, *Fasolka szparagowa z marchewką 200g, Podwieczerek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Jabłko 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Szynka dębowa (1,6,9,10) 20g, *Twaróg (7) 30g, *Mix sałat z oliwą i pestkami dyni 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Wędlina (1,6,9,10) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 102.72 g; Energia: 2504.73 kcal; Woda: 1010.87 g; Białko ogółem: 112.68 g; białko zwierzęce: 65.65 g; białko roślinne: 33.82 g; Tłuszcz: 93.79 g; Węglowodany ogółem: 341.33 g; Sód: 3125.49 mg; Potas: 2683.99 mg; Wapń: 631.73 mg; Witamina C: 49.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2731.75 ug; Błonnik pokarmowy: 33.60 g;		
środa 2025-11-05 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Pasta z makreli wędzonej (1,3,4,9,10) 50g,	*Zupa selerowa z makaronem (1,3,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (9) 200g, *Fasolka szparagowa z marchewką 200g, Podwieczerek: *Sok owocowy 300ml, *Jabłko 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Szynka dębowa (1,6,9,10) 20g, *Twaróg (7) 30g, *Mix sałat z oliwą i pestkami dyni 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Wędlina (1,6,9,10) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 102.72 g; Energia: 2478.21 kcal; Woda: 937.68 g; Białko ogółem: 102.48 g; białko zwierzęce: 52.94 g; białko roślinne: 35.74 g; Tłuszcz: 85.63 g; Węglowodany ogółem: 354.99 g; Sód: 3035.90 mg; Potas: 2587.03 mg; Wapń: 537.20 mg; Witamina C: 49.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2692.75 ug; Błonnik pokarmowy: 34.02 g;		
środa 2025-11-05 Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Pasta z makreli wędzonej (1,3,4,9,10) 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny (7) 150g,	*Zupa selerowa z makaronem (1,3,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (9) 200g, *Fasolka szparagowa z marchewką 200g, Podwieczerek: *Sok owocowy 300ml, *Jabłko 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Twaróg (7) 30g, *Herbata 300ml, *Szynka dębowa (1,6,9,10) 20g, *Mix sałat z oliwą i pestkami dyni 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 20g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 102.72 g; Energia: 2639.21 kcal; Woda: 1010.28 g; Białko ogółem: 115.18 g; białko zwierzęce: 65.64 g; białko roślinne: 35.74 g; Tłuszcz: 96.63 g; Węglowodany ogółem: 357.99 g; Sód: 3082.90 mg; Potas: 2704.03 mg; Wapń: 635.20 mg; Witamina C: 49.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2731.75 ug; Błonnik pokarmowy: 34.02 g;		
czwartek 2025-11-06 Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Jajko 1 szt. w sosie tatarskim (1,3,7) 60g/20g 80g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Sałatka z pomidora 50g,	*Zupa warzywna z ryżem (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 100g, *Surówka z selera i marchewki (9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle kukurydziane 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Sałatka z buraczków, jajka, ziemniaków i wędliny w jogurcie naturalnym (3,7) 100g, *Banan 150g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 20g, *Ser fromage (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 257.35 g; Energia: 2979.47 kcal; Woda: 1121.56 g; Białko ogółem: 108.48 g; białko zwierzęce: 51.50 g; białko roślinne: 40.59 g; Tłuszcz: 111.20 g; Węglowodany ogółem: 422.45 g; Sód: 5248.88 mg; Potas: 4602.59 mg; Wapń: 365.71 mg; Witamina C: 103.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2771.55 ug; Błonnik pokarmowy: 40.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-11-06		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Jajko 1 szt. w sosie tatarskim (1,3,7) 60g/20g 80g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Sałatka z pomidora 50g, II Śniadanie: *Gruszka 100g,	*Zupa warzywna z ryżem (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Pulpet mielony (1,3,9) 100g, *Surówka z selera i marchewki (9) 100g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle kukurydziane 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Sałatka z buraczków, jajka, ziemniaków i wędliny w jogurcie naturalnym (3,7) 100g, *Banan 150g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 30g, *Wędlina (1,6,9,10) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 253.15 g; Energia: 2733.23 kcal; Woda: 1114.78 g; Białko ogółem: 102.11 g; białko zwierzęce: 51.50 g; białko roślinne: 37.41 g; Tłuszcz: 98.26 g; Węglowodany ogółem: 393.81 g; Sód: 4980.21 mg; Potas: 4407.43 mg; Wapń: 338.19 mg; Witamina C: 103.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1942.55 ug; Błonnik pokarmowy: 37.60 g;		
czwartek 2025-11-06		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 50g, *Sałatka z pomidora 50g,	*Zupa warzywna z ryżem (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Pulpet mielony (1,3,9) 100g, *Surówka z selera i marchewki (9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle kukurydziane 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Sałatka z buraczków, jajka, ziemniaków i wędliny w jogurcie naturalnym (3,7) 100g, *Banan 150g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 30g, *Wędlina (1,6,9,10) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 247.68 g; Energia: 2792.44 kcal; Woda: 1092.29 g; Białko ogółem: 109.96 g; białko zwierzęce: 51.77 g; białko roślinne: 41.79 g; Tłuszcz: 90.42 g; Węglowodany ogółem: 419.92 g; Sód: 3932.08 mg; Potas: 4710.23 mg; Wapń: 317.28 mg; Witamina C: 103.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2494.85 ug; Błonnik pokarmowy: 39.98 g;		
czwartek 2025-11-06		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Jajko 1 szt. w sosie tatarskim (1,3,7) 60g/20g 80g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Sałatka z pomidora 50g, II Śniadanie: *Gruszka 100g,	*Zupa warzywna z ryżem (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 100g, *Surówka z selera i marchewki (9) 100g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle kukurydziane 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Sałatka z buraczków, jajka, ziemniaków i wędliny w jogurcie naturalnym (3,7) 100g, *Banan 150g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Wędlina (1,6,9,10) 20g, *Ser fromage (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 253.15 g; Energia: 2978.15 kcal; Woda: 1117.70 g; Białko ogółem: 107.91 g; białko zwierzęce: 51.50 g; białko roślinne: 40.02 g; Tłuszcz: 108.52 g; Węglowodany ogółem: 426.84 g; Sód: 4981.02 mg; Potas: 4441.08 mg; Wapń: 343.26 mg; Witamina C: 103.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1942.55 ug; Błonnik pokarmowy: 38.35 g;		