

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-07		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Ser topiony (7) 20g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek kiszony 100g,	*Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Spaghetti bolognese z makaronem pszennym (1,3,7,9) 300g, *Brokuł parowany 200g, Podwieczorek: *Wafle ryżowe 30g, *Woda mineralna 500ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 50g, *Herbata 300ml, *Dyńia parowana 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Twaróg (7) 30g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 138.73 g; Energia: 2232.75 kcal; Woda: 879.89 g; Białko ogółem: 101.37 g; białko zwierzęce: 47.78 g; białko roślinne: 38.00 g; Tłuszcz: 82.37 g; Węglowodany ogółem: 298.82 g; Sód: 3143.38 mg; Potas: 3466.80 mg; Wapń: 531.56 mg; Witamina C: 211.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1128.64 ug; Błonnik pokarmowy: 30.42 g;		
piątek 2025-11-07		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Ser topiony (7) 20g, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Ogórek kiszony 100g, II Śniadanie: *Kisiel b/cukru (1) 200ml,	*Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Spaghetti bolognese z makaronem razowym (1,3,7,9) 300g, *Brokuł parowany 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 50g, *Dyńia parowana 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Twaróg (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 138.73 g; Energia: 2141.87 kcal; Woda: 882.74 g; Białko ogółem: 95.35 g; białko zwierzęce: 47.79 g; białko roślinne: 35.16 g; Tłuszcz: 77.16 g; Węglowodany ogółem: 292.03 g; Sód: 3201.36 mg; Potas: 3369.05 mg; Wapń: 519.79 mg; Witamina C: 211.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1128.64 ug; Błonnik pokarmowy: 28.70 g;		
piątek 2025-11-07		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Twaróg (7) 20g, *Ogórek zielony 100g,	*Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolką szparagową (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Spaghetti bolognese z makaronem pszennym (1,3,7,9) 300g, *Brokuł parowany 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Dyńia parowana 100g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Twaróg (7) 50g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 180.73 g; Energia: 2226.65 kcal; Woda: 966.67 g; Białko ogółem: 107.34 g; białko zwierzęce: 52.56 g; białko roślinne: 39.19 g; Tłuszcz: 78.94 g; Węglowodany ogółem: 300.17 g; Sód: 2621.28 mg; Potas: 3680.10 mg; Wapń: 521.86 mg; Witamina C: 225.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1152.84 ug; Błonnik pokarmowy: 31.67 g;		
piątek 2025-11-07		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Ser topiony (7) 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek kiszony 100g, II Śniadanie: *Kisiel (1) 200ml,	*Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Spaghetti bolognese z makaronem razowym (1,3,7,9) 300g, *Brokuł parowany 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 60g, *Herbata 300ml, *Dyńia parowana 100g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Twaróg (7) 30g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 139.40 g; Energia: 2357.45 kcal; Woda: 899.22 g; Białko ogółem: 105.63 g; białko zwierzęce: 51.73 g; białko roślinne: 38.30 g; Tłuszcz: 85.96 g; Węglowodany ogółem: 317.48 g; Sód: 3371.64 mg; Potas: 3525.60 mg; Wapń: 572.89 mg; Witamina C: 211.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1149.04 ug; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-11-10		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Jajko gotowane (3) 1szt, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Szynka drobiowa (1,6,9,10) 20g, *Pomidor 20g,	*Zupa krem z dyni (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Wątróbka drobiowa w sosie własnym (1,9) 200g, *Marchew z groszkiem (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Jabłko 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Ogonówka (1,6,9,10) 20g, *Sałatka ryżowa z tuńczykiem, kukurydza i majonezem (1,3,4,7,9,10) 50g, *Ogórek kiszony 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 158.92 g; Energia: 2804.08 kcal; Woda: 1218.98 g; Białko ogółem: 124.75 g; białko zwierzęce: 71.96 g; białko roślinne: 39.99 g; Tłuszcz: 94.83 g; Węglowodany ogółem: 394.44 g; Sód: 6735.48 mg; Potas: 4699.23 mg; Wapń: 424.82 mg; Witamina C: 141.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 21816.87 ug; Błonnik pokarmowy: 35.89 g;		
poniedziałek 2025-11-10		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Jajko gotowane (3) 1szt, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Szynka drobiowa (1,6,9,10) 20g, *Pomidor 20g, II Śniadanie: *Budyń na mleku b/cukru (1,7) 150ml,	*Zupa krem z dyni (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Wątróbka drobiowa w sosie własnym (1,9) 200g, *Marchew z groszkiem (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Jabłko 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Ogonówka (1,6,9,10) 20g, *Sałatka ryżowa z tuńczykiem, kukurydzą i jogurtem (1,4,7,9) 50g, *Ogórek kiszony 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 30g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 158.92 g; Energia: 2663.59 kcal; Woda: 1225.76 g; Białko ogółem: 120.49 g; białko zwierzęce: 71.77 g; białko roślinne: 37.52 g; Tłuszcz: 87.48 g; Węglowodany ogółem: 379.63 g; Sód: 6751.87 mg; Potas: 4674.17 mg; Wapń: 432.16 mg; Witamina C: 141.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 21805.64 ug; Błonnik pokarmowy: 35.46 g;		
poniedziałek 2025-11-10		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Twaróg (7) 20g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Szynka drobiowa (1,6,9,10) 20g, *Pomidor 20g,	*Zupa krem z dyni (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Filet z kurczaka a'la kotlet pieczony (9) 70g, *Marchew z groszkiem (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Jabłko 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Sałatka ryżowa z tuńczykiem, kukurydzą i jogurtem (1,4,7,9) 50g, *Ogonówka (1,6,9,10) 20g, *Ogórek zielony 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 30g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 158.54 g; Energia: 2382.00 kcal; Woda: 1084.19 g; Białko ogółem: 92.63 g; białko zwierzęce: 40.27 g; białko roślinne: 39.56 g; Tłuszcz: 64.62 g; Węglowodany ogółem: 388.58 g; Sód: 6091.66 mg; Potas: 4304.10 mg; Wapń: 397.87 mg; Witamina C: 99.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2956.68 ug; Błonnik pokarmowy: 35.91 g;		
poniedziałek 2025-11-10		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Jajko gotowane (3) 1szt, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Szynka drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Pomidor 20g, II Śniadanie: *Budyń na mleku (1,7) 200ml,	*Zupa krem z dyni (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Wątróbka drobiowa w sosie własnym (1,9) 200g, *Marchew z groszkiem (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Jabłko 150g,	*Sałatka ryżowa z tuńczykiem, kukurydza i majonezem (1,3,4,7,9,10) 50g, *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Ogonówka (1,6,9,10) 30g, *Ogórek kiszony 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 159.59 g; Energia: 2998.93 kcal; Woda: 1232.78 g; Białko ogółem: 134.07 g; białko zwierzęce: 74.56 g; białko roślinne: 40.30 g; Tłuszcz: 102.13 g; Węglowodany ogółem: 417.42 g; Sód: 6864.10 mg; Potas: 4754.08 mg; Wapń: 430.11 mg; Witamina C: 141.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 21819.87 ug; Błonnik pokarmowy: 35.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-11-13 Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Kakao na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek konserwowy (9,10) 30g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 30g, *Ser żółty (7) 20g,	*Zupa brokułowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Gulasz z żołądków 150g (1,7,9) 200g, *Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką (9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Gruszka 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Pomidor 20g, *Twarożek z koperkiem (7,9) 20g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Salami (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 181.94 g; Energia: 2561.20 kcal; Woda: 1235.52 g; Białko ogółem: 96.33 g; białko zwierzęce: 42.19 g; białko roślinne: 41.34 g; Tłuszcz: 92.29 g; Węglowodany ogółem: 372.17 g; Sód: 4557.58 mg; Potas: 4555.80 mg; Wapń: 625.24 mg; Witamina C: 140.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2202.92 ug; Błonnik pokarmowy: 39.38 g;		
czwartek 2025-11-13 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Ser żółty (7) 20g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 30g, *Kakao na mleku b/cukru (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek konserwowy (9,10) 30g, II Śniadanie: *Budyń na mleku b/cukru (1,7) 200ml,	*Ziemniaki gotowane 200g, *Zupa brokułowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Gulasz z żołądków 150g (1,7,9) 200g, *Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Gruszka 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Pomidor 20g, *Twarożek z koperkiem (7,9) 20g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 183.04 g; Energia: 2391.60 kcal; Woda: 1268.09 g; Białko ogółem: 95.63 g; białko zwierzęce: 43.55 g; białko roślinne: 39.28 g; Tłuszcz: 76.84 g; Węglowodany ogółem: 363.03 g; Sód: 4592.26 mg; Potas: 4513.01 mg; Wapń: 616.52 mg; Witamina C: 139.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2209.82 ug; Błonnik pokarmowy: 37.64 g;		
czwartek 2025-11-13 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Twaróg (7) 20g, *Kakao na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 30g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 30g,	*Zupa brokułowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Gulasz z żołądków 150g (1,7,9) 200g, *Cukinia pieczona 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Gruszka 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Herbata 300ml, *Pomidor 20g, *Twarożek z koperkiem (7,9) 20g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka (1,6,9,10) 30g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 181.66 g; Energia: 2313.37 kcal; Woda: 1128.68 g; Białko ogółem: 95.93 g; białko zwierzęce: 41.74 g; białko roślinne: 41.39 g; Tłuszcz: 69.36 g; Węglowodany ogółem: 359.73 g; Sód: 3306.40 mg; Potas: 4462.11 mg; Wapń: 445.04 mg; Witamina C: 138.79 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1489.14 ug; Błonnik pokarmowy: 37.61 g;		
czwartek 2025-11-13 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, *Kakao na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek konserwowy (9,10) 30g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 40g, II Śniadanie: *Budyń na mleku (1,7) 200ml,	*Zupa brokułowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot owocowy 300ml, *Gulasz z żołądków 150g (1,7,9) 200g, *Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką (9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Gruszka 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 30g, *Pomidor 20g, *Twarożek z koperkiem (7,9) 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Salami (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 182.62 g; Energia: 2772.46 kcal; Woda: 1257.94 g; Białko ogółem: 107.56 g; białko zwierzęce: 46.70 g; białko roślinne: 41.66 g; Tłuszcz: 100.36 g; Węglowodany ogółem: 395.58 g; Sód: 4691.22 mg; Potas: 4624.54 mg; Wapń: 641.68 mg; Witamina C: 140.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2212.90 ug; Błonnik pokarmowy: 39.41 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-11-16 Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą jaglaną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Gruszka 150g, *Ser żółty (7) 20g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Jajko 1 szt. w sosie tatarskim (1,3,7) 60g/20g 80g,	*Zupa jarzynowa z fasolką szparagową (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Schab pieczony w sosie własnym 100g/150ml (9) 150g, *Kapusta biała zasmażana (1,7,9) 200g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Kasza manna z sokiem truskawkowym (1,7) 200ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 20g, *Herbata 300ml, *Ogórek konserwowy (9,10) 50g, *Pasta jajeczna (1,3,9,10) 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 20g, *Polędwica sopočka (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 208.13 g; Energia: 2866.94 kcal; Woda: 1190.32 g; Białko ogółem: 125.89 g; białko zwierzęce: 62.52 g; białko roślinne: 39.34 g; Tłuszcz: 102.91 g; Węglowodany ogółem: 385.70 g; Sód: 3230.16 mg; Potas: 4370.37 mg; Wapń: 585.49 mg; Witamina C: 190.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1152.65 ug; Błonnik pokarmowy: 37.30 g;		
niedziela 2025-11-16 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Szynka (1,6,9,10) 20g, *Gruszka 150g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Jajko 1 szt. w sosie tatarskim (1,3,7) 60g/20g 80g, II Śniadanie: *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,	*Zupa jarzynowa z fasolką szparagową (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy b/cukru 300ml, *Schab pieczony w sosie własnym 100g/150ml (9) 150g, *Kapusta biała zasmażana (1,7,9) 200g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Kasza manna z sokiem truskawkowym (1,7) 200ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 20g, *Herbata 300ml, *Ogórek konserwowy (9,10) 50g, *Pasta jajeczna (1,3,9,10) 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 20g, *Polędwica sopočka (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 204.99 g; Energia: 2703.47 kcal; Woda: 1377.84 g; Białko ogółem: 124.34 g; białko zwierzęce: 68.99 g; białko roślinne: 40.43 g; Tłuszcz: 95.63 g; Węglowodany ogółem: 363.58 g; Sód: 3490.72 mg; Potas: 4739.85 mg; Wapń: 648.55 mg; Witamina C: 191.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1125.87 ug; Błonnik pokarmowy: 37.49 g;		
niedziela 2025-11-16 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z kaszą jaglaną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Szynka (1,6,9,10) 20g, *Gruszka 150g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Twarożek z ogórkiem zielonym (7,9) 40g,	*Zupa jarzynowa z fasolką szparagową (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Schab pieczony w sosie własnym 100g/150ml (9) 150g, *Dyńia parowana 200g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Kasza manna z sokiem truskawkowym (1,7) 200ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 20g, *Herbata 300ml, *Pomidor 50g, *Pasta jajeczna (1,3,9,10) 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 20g, *Polędwica sopočka (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 165.11 g; Energia: 2604.57 kcal; Woda: 1003.43 g; Białko ogółem: 116.72 g; białko zwierzęce: 56.98 g; białko roślinne: 35.72 g; Tłuszcz: 85.34 g; Węglowodany ogółem: 363.80 g; Sód: 2740.48 mg; Potas: 4023.63 mg; Wapń: 259.23 mg; Witamina C: 105.33 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 865.18 ug; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;		
niedziela 2025-11-16 Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą jaglaną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Gruszka 150g, *Ser żółty (7) 20g, *Sałata 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Jajko 1 szt. w sosie tatarskim (1,3,7) 60g/20g 80g, II Śniadanie: *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,	*Zupa jarzynowa z fasolką szparagową (1,7,9) 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Schab pieczony w sosie własnym 100g/150ml (9) 150g, *Kapusta biała zasmażana (1,7,9) 200g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Kasza manna z sokiem truskawkowym (1,7) 200ml,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 20g, *Herbata 300ml, *Ogórek konserwowy (9,10) 50g, *Pasta jajeczna (1,3,9,10) 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 20g, *Polędwica sopočka (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 208.13 g; Energia: 2968.94 kcal; Woda: 1368.32 g; Białko ogółem: 132.69 g; białko zwierzęce: 69.32 g; białko roślinne: 39.34 g; Tłuszcz: 106.91 g; Węglowodany ogółem: 395.50 g; Sód: 3320.16 mg; Potas: 4652.37 mg; Wapń: 825.49 mg; Witamina C: 192.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1202.65 ug; Błonnik pokarmowy: 37.30 g;		