

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-11-27 Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Salami (1,6,9,10) 20g, *Ser topiony (7) 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek konserwowy (9,10) 40g,	*Zupa cukiniowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami 300ml, *Kurczak po chińsku (1,7,9) 100g, *Surówka z selera ze śmietaną (7,9) 200g, *Makaron gotowany (1,3) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Jabłko 120g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Sałatka żydowska (1,3,7,9) 50g, *Ogonówka (1,6,9,10) 10g, *Ogórek zielony 40g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka dębowa (1,6,9,10) 30g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 126.17 g; Energia: 2502.78 kcal; Woda: 813.44 g; Białko ogółem: 90.26 g; białko zwierzęce: 37.78 g; białko roślinne: 39.68 g; Tłuszcz: 90.40 g; Węglowodany ogółem: 364.34 g; Sód: 3590.02 mg; Potas: 2982.89 mg; Wapń: 491.26 mg; Witamina C: 59.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 977.64 ug; Błonnik pokarmowy: 35.52 g;		
czwartek 2025-11-27 Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Ser topiony (7) 30g, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 20g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, II Śniadanie: *Budyń na mleku b/cukru (1,7) 200ml,	*Zupa cukiniowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami b/cukru 300ml, *Kurczak po chińsku (1,7,9) 100g, *Surówka z selera ze śmietaną (7,9) 200g, *Makaron gotowany (1,3) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Jabłko 120g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Sałatka żydowska (1,3,7,9) 50g, *Ogonówka (1,6,9,10) 10g, *Ogórek zielony 40g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Szynka dębowa (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 126.90 g; Energia: 2421.15 kcal; Woda: 807.19 g; Białko ogółem: 91.71 g; białko zwierzęce: 38.27 g; białko roślinne: 37.44 g; Tłuszcz: 83.91 g; Węglowodany ogółem: 355.22 g; Sód: 3623.09 mg; Potas: 2909.24 mg; Wapń: 482.76 mg; Witamina C: 51.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 965.14 ug; Błonnik pokarmowy: 33.75 g;		
czwartek 2025-11-27 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 20g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Twaróg (7) 30g, *Pomidor 50g,	*Zupa cukiniowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami 300ml, *Kurczak po chińsku (1,7,9) 100g, *Makaron gotowany (1,3) 200g, *Dyńia parowana 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Jabłko 120g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Sałatka żydowska (1,3,7,9) 50g, *Ogonówka (1,6,9,10) 10g, *Ogórek zielony 30g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Szynka dębowa (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 67.70 g; Energia: 2303.95 kcal; Woda: 735.77 g; Białko ogółem: 91.17 g; białko zwierzęce: 40.24 g; białko roślinne: 38.13 g; Tłuszcz: 69.37 g; Węglowodany ogółem: 353.51 g; Sód: 2822.05 mg; Potas: 2682.92 mg; Wapń: 352.82 mg; Witamina C: 57.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 984.82 ug; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;		
czwartek 2025-11-27 Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Salami (1,6,9,10) 30g, *Ser topiony (7) 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek konserwowy (9,10) 40g, II Śniadanie: *Budyń na mleku (1,7) 200ml,	*Zupa cukiniowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami 300ml, *Kurczak po chińsku (1,7,9) 100g, *Surówka z selera ze śmietaną (7,9) 200g, *Makaron gotowany (1,3) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Jabłko 120g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Sałatka żydowska (1,3,7,9) 50g, *Ogonówka (1,6,9,10) 10g, *Ogórek zielony 40g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka dębowa (1,6,9,10) 30g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 126.47 g; Energia: 2734.93 kcal; Woda: 816.99 g; Białko ogółem: 98.87 g; białko zwierzęce: 39.93 g; białko roślinne: 39.73 g; Tłuszcz: 102.19 g; Węglowodany ogółem: 387.46 g; Sód: 3721.17 mg; Potas: 3019.04 mg; Wapń: 495.71 mg; Witamina C: 60.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 978.34 ug; Błonnik pokarmowy: 35.56 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-11-29		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Twaróg (7) 20g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 30g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Ogórek konserwowy (9,10) 40g, II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny (7) 150g,	*Zupa pieczarkowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami b/cukru 300ml, *Zraz mielony wieprzowy w sosie własnym (1,3,9) 100g/90ml 190g, *Surówka z kapusty czerwonej (9) 200g, *Kasza gryczana (1) 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Gruszka 120g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Pomidor 40g, *Herbata 300ml, *Salatka jarzynowa z jajkiem (1,3,7,9) 60g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 184.81 g; Energia: 2820.39 kcal; Woda: 944.71 g; Białko ogółem: 111.09 g; białko zwierzęce: 59.74 g; białko roślinne: 35.25 g; Tłuszcz: 121.46 g; Węglowodany ogółem: 358.97 g; Sód: 3179.10 mg; Potas: 3770.77 mg; Wapń: 304.87 mg; Witamina C: 79.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1515.27 ug; Błonnik pokarmowy: 32.64 g;		
sobota 2025-11-29		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Twaróg (7) 20g, *Salata 10g, *Ogórek zielony 40g,	*Zupa selerowa z zacierką (1,3,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami 300ml, *Pulpet mielony (1,3,9) 70g, *Kasza gryczana (1) 200g, *Cukinia pieczona 200g, Podwieczorek: *Sok owocowy 300ml, *Gruszka 120g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Pomidor 40g, *Herbata 300ml, *Salatka jarzynowa (1,3,7,9) 60g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 188.15 g; Energia: 2322.88 kcal; Woda: 903.20 g; Białko ogółem: 84.89 g; białko zwierzęce: 32.75 g; białko roślinne: 39.34 g; Tłuszcz: 73.59 g; Węglowodany ogółem: 360.88 g; Sód: 2560.52 mg; Potas: 3605.47 mg; Wapń: 224.22 mg; Witamina C: 95.48 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1014.62 ug; Błonnik pokarmowy: 34.59 g;		
sobota 2025-11-29		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z kaszą manną (1,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 30g, *Twaróg (7) 40g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek konserwowy (9,10) 40g, II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny (7) 150g,	*Zupa pieczarkowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami 300ml, *Zraz mielony wieprzowy w sosie własnym (1,3,9) 100g/90ml 190g, *Surówka z kapusty czerwonej (9) 200g, *Kasza gryczana (1) 200g, Podwieczorek: *Sok owocowy 300ml, *Gruszka 120g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Pomidor 40g, *Herbata 300ml, *Salatka jarzynowa z jajkiem (1,3,7,9) 60g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 184.81 g; Energia: 2995.47 kcal; Woda: 988.67 g; Białko ogółem: 117.66 g; białko zwierzęce: 63.47 g; białko roślinne: 37.49 g; Tłuszcz: 125.35 g; Węglowodany ogółem: 380.61 g; Sód: 3146.01 mg; Potas: 3888.66 mg; Wapń: 335.18 mg; Witamina C: 88.52 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1531.47 ug; Błonnik pokarmowy: 34.39 g;		
niedziela 2025-11-30		
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) 25g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 30g, *Miód 25g,	*Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami 300ml, *Udko z kurczaka gotowane (9) 150g, *Surówka colesław (7,9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Banan 150g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Twarożek z koperkiem (7,9) 30g, *Herbata 300ml, *Polędwica sopočka (1,6,9,10) 20g, *Ogórek kiszony 20g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jajko gotowane (3) 1szt, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 214.45 g; Energia: 3085.66 kcal; Woda: 1285.54 g; Białko ogółem: 128.12 g; białko zwierzęce: 74.18 g; białko roślinne: 40.90 g; Tłuszcz: 114.53 g; Węglowodany ogółem: 416.88 g; Sód: 3685.08 mg; Potas: 5226.56 mg; Wapń: 566.93 mg; Witamina C: 181.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1764.58 ug; Błonnik pokarmowy: 37.07 g;		

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-01		
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) 100g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 50g, *Dymia parowana 50g, II Śniadanie: *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,	*Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami b/cukru 300ml, *Fasolka po bretońsku z mięsem drobiowym (9) 150g, *Jabłko 150g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Ryż z jabłkiem (50/50) i polewą jogurtową (7) 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szyńka z indyka (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, *Szyńka rodzinna (1,6,9,10) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 172.17 g; Energia: 2906.96 kcal; Woda: 1399.79 g; Białko ogółem: 110.25 g; białko zwierzęce: 52.85 g; białko roślinne: 47.80 g; Tłuszcz: 106.20 g; Węglowodany ogółem: 415.25 g; Sód: 3580.26 mg; Potas: 5215.32 mg; Wapń: 809.84 mg; Witamina C: 170.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2001.18 ug; Błonnik pokarmowy: 41.20 g;		
poniedziałek 2025-12-01		
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, *Dymia parowana 50g, *Ogórek zielony 50g,	*Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami 300ml, *Sos mięsno-warzywny (1,9) 150g, *Ziemniaki gotowane 200g, *Jabłko 150g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Ryż z jabłkiem (50/50) i polewą jogurtową (7) 100g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szyńka z indyka (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, *Szyńka rodzinna (1,6,9,10) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 185.47 g; Energia: 2733.84 kcal; Woda: 1326.26 g; Białko ogółem: 108.34 g; białko zwierzęce: 55.63 g; białko roślinne: 39.91 g; Tłuszcz: 86.93 g; Węglowodany ogółem: 409.88 g; Sód: 3506.84 mg; Potas: 4622.84 mg; Wapń: 549.71 mg; Witamina C: 113.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1789.08 ug; Błonnik pokarmowy: 34.55 g;		
poniedziałek 2025-12-01		
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) 100g, *Ketchup (1,9,10) 10g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 50g, *Dymia parowana 50g, II Śniadanie: *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml,	*Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami 300ml, *Fasolka po bretońsku z mięsem drobiowym (9) 150g, *Jabłko 150g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Ryż z jabłkiem (50/50) 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, *Szyńka rodzinna (1,6,9,10) 20g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 172.84 g; Energia: 3101.34 kcal; Woda: 1441.80 g; Białko ogółem: 118.54 g; białko zwierzęce: 55.44 g; białko roślinne: 50.30 g; Tłuszcz: 110.62 g; Węglowodany ogółem: 447.04 g; Sód: 3666.54 mg; Potas: 5364.12 mg; Wapń: 823.19 mg; Witamina C: 179.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2012.58 ug; Błonnik pokarmowy: 42.95 g;		
wtorek 2025-12-02		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Serek wiejski (7) 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml,	*Rosół drobiowy z makaronem (1,3,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całami owocami 300ml, *Kotlet schabowy (1,3,9) 100g, *Marchew z groszkiem (9) 200g, *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: 242.19 g; Energia: 2832.63 kcal; Woda: 1089.66 g; Białko ogółem: 114.20 g; białko zwierzęce: 56.80 g; białko roślinne: 39.49 g; Tłuszcz: 99.50 g; Węglowodany ogółem: 407.00 g; Sód: 3331.93 mg; Potas: 4257.62 mg; Wapń: 364.32 mg; Witamina C: 91.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3989.52 ug; Błonnik pokarmowy: 40.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-04 Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Salatka ryżowa (1,3,7,9) 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 20g, *Dyńa parowana 80g,	*Zupa szpinakowa z makaronem (1,3,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całymi owocami 300ml, *Dorsz parowany (4,9) 100g, *Ziemniaki gotowane 200g, *Cukinia pieczona 220g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Ogórek zielony 100g, *Szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10) 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 20g, *Wędlina (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 180.57 g; Energia: 2373.07 kcal; Woda: 940.72 g; Białko ogółem: 118.30 g; białko zwierzęce: 63.58 g; białko roślinne: 39.11 g; Tłuszcz: 68.34 g; Węglowodany ogółem: 345.54 g; Sód: 3097.90 mg; Potas: 3870.54 mg; Wapń: 216.52 mg; Witamina C: 92.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1028.71 ug; Błonnik pokarmowy: 28.82 g;		
czwartek 2025-12-04 Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Salatka ryżowa z jajkiem (1,3,7,9) 30g, *Polędwica sopocka (1,6,9,10) 30g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Dyńa parowana 50g, II Śniadanie: *Budyń na mleku (1,7) 200ml,	*Zupa szpinakowa z makaronem (1,3,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całymi owocami 300ml, *Dorsz smażony (1,3,4,9) 100g, *Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki (9) 200g, *Ziemniaki gotowane 200g, Podwieczerek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10) 60g, *Herbata 300ml, *Papryka 50g, *Pomidor 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jajko gotowane (3) 1szt, *Ser fromage (7) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 161.55 g; Energia: 2987.07 kcal; Woda: 1122.35 g; Białko ogółem: 134.06 g; białko zwierzęce: 67.79 g; białko roślinne: 45.87 g; Tłuszcz: 103.14 g; Węglowodany ogółem: 413.15 g; Sód: 4099.67 mg; Potas: 4416.51 mg; Wapń: 341.11 mg; Witamina C: 188.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2306.01 ug; Błonnik pokarmowy: 37.01 g;		
piątek 2025-12-05 Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*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) 25g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 200ml, *Herbata 300ml, *Pomidor 50g, *Dżem 25g,	*Zupa selerowa z makaronem (1,3,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całymi owocami 300ml, *Wątróbka drobiowa w sosie własnym (1,9) 200g, *Fasolka szparagowa z marchewką 200g, *Ziemniaki gotowane 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, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Polędwica Ani (1,6,9,10) 20g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,
Wartości odżywcze: Odpadki: 136.84 g; Energia: 2677.55 kcal; Woda: 1261.80 g; Białko ogółem: 120.12 g; białko zwierzęce: 67.24 g; białko roślinne: 40.08 g; Tłuszcz: 87.03 g; Węglowodany ogółem: 387.66 g; Sód: 3085.74 mg; Potas: 4421.99 mg; Wapń: 530.22 mg; Witamina C: 152.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 21168.99 ug; Błonnik pokarmowy: 38.40 g;		
piątek 2025-12-05 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, *Pomidor 50g, II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny (7) 150g,	*Zupa selerowa z makaronem (1,3,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całymi owocami b/cukru 300ml, *Wątróbka drobiowa w sosie własnym (1,9) 200g, *Fasolka szparagowa z marchewką 200g, *Ziemniaki gotowane 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, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Polędwica Ani (1,6,9,10) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 144.84 g; Energia: 2775.32 kcal; Woda: 1341.96 g; Białko ogółem: 136.94 g; białko zwierzęce: 86.89 g; białko roślinne: 37.85 g; Tłuszcz: 101.40 g; Węglowodany ogółem: 370.04 g; Sód: 3335.83 mg; Potas: 4522.22 mg; Wapń: 636.89 mg; Witamina C: 143.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 21318.10 ug; Błonnik pokarmowy: 36.65 g;		
piątek 2025-12-05 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) 25g, *Dżem 25g, *Pomidor 50g,	*Zupa selerowa z makaronem (1,3,7,9) 300ml, *Kompot truskawkowy z całymi owocami 300ml, *Wątróbka drobiowa w sosie własnym (1,9) 200g, *Fasolka szparagowa z marchewką 200g, *Ziemniaki gotowane 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, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml, *Polędwica Ani (1,6,9,10) 20g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 136.84 g; Energia: 2677.55 kcal; Woda: 1261.80 g; Białko ogółem: 120.12 g; białko zwierzęce: 67.24 g; białko roślinne: 40.08 g; Tłuszcz: 87.03 g; Węglowodany ogółem: 387.66 g; Sód: 3085.74 mg; Potas: 4421.99 mg; Wapń: 530.22 mg; Witamina C: 152.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 21168.99 ug; Błonnik pokarmowy: 38.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-06		
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 truskawkowy z całymi owocami 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 100g, *Bukiet warzyw (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: 224.95 g; Energia: 2877.42 kcal; Woda: 994.13 g; Białko ogółem: 107.59 g; białko zwierzęce: 51.44 g; białko roślinne: 37.75 g; Tłuszcz: 101.42 g; Węglowodany ogółem: 412.05 g; Sód: 3299.49 mg; Potas: 4057.81 mg; Wapń: 295.21 mg; Witamina C: 89.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1094.65 ug; Błonnik pokarmowy: 32.61 g;		