

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-18		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Papryka konserwowa (9,10) 50g, *Szynka farmerska (1,6,9,10) 50g, *Ogórek kiszony 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml,	*Zupa krem z pora (1,7,9) 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 100g, *Kompot owocowy 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Pomidor 50g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 50g, *Ogórek zielony 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Szynka rodzinna (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 215.62 g; Energia: 2661.87 kcal; Woda: 1162.17 g; Białko ogółem: 95.52 g; białko zwierzęce: 36.30 g; białko roślinne: 37.81 g; Tłuszcz: 96.39 g; Węglowodany ogółem: 385.79 g; Sód: 2897.81 mg; Potas: 4408.75 mg; Wapń: 456.54 mg; Witamina C: 182.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1550.22 ug; Błonnik pokarmowy: 36.35 g;		
czwartek 2025-12-18		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Szynka farmerska (1,6,9,10) 50g, *Papryka konserwowa (9,10) 50g, *Ogórek kiszony 50g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, II Śniadanie: *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,	*Zupa krem z pora (1,7,9) 300ml, *Pulpet mielony (1,3,9) 100g, *Kompot owocowy z całymi owocami b/cukru 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Pomidor 50g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 50g, *Ogórek zielony 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Szynka rodzinna (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 215.62 g; Energia: 2474.84 kcal; Woda: 1313.52 g; Białko ogółem: 93.70 g; białko zwierzęce: 43.11 g; białko roślinne: 38.19 g; Tłuszcz: 87.09 g; Węglowodany ogółem: 360.86 g; Sód: 3030.39 mg; Potas: 4628.86 mg; Wapń: 689.97 mg; Witamina C: 175.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1591.82 ug; Błonnik pokarmowy: 35.35 g;		
czwartek 2025-12-18		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Szynka farmerska (1,6,9,10) 50g, *Pomidor 100g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml,	*Zupa krem z dyni (1,7,9) 300ml, *Pulpet mielony (1,3,9) 100g, *Kompot owocowy 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Pomidor 50g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 50g, *Ogórek zielony 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Szynka rodzinna (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 193.37 g; Energia: 2618.68 kcal; Woda: 1152.22 g; Białko ogółem: 93.52 g; białko zwierzęce: 33.64 g; białko roślinne: 38.48 g; Tłuszcz: 89.35 g; Węglowodany ogółem: 392.46 g; Sód: 5779.47 mg; Potas: 4513.03 mg; Wapń: 446.88 mg; Witamina C: 193.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1526.92 ug; Błonnik pokarmowy: 36.27 g;		
czwartek 2025-12-18		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z makaronem zacierką (1,3,7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Papryka konserwowa (9,10) 50g, *Szynka farmerska (1,6,9,10) 50g, *Ogórek kiszony 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, II Śniadanie: *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,	*Zupa krem z pora (1,7,9) 300ml, *Kotlet mielony (1,3,9) 100g, *Kompot owocowy 300ml, *Ziemniaki gotowane 200g, *Surówka z kapusty pekińskiej (9) 200g, Podwieczorek: *Woda mineralna 500ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Pomidor 50g, *Pasta mięsna z warzywami (1,7,9) 50g, *Ogórek zielony 50g, Posiłek nocny: *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Jogurt naturalny 1 szt. (7) 100ml, *Szynka rodzinna (1,6,9,10) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 215.62 g; Energia: 2763.87 kcal; Woda: 1340.17 g; Białko ogółem: 102.32 g; białko zwierzęce: 43.10 g; białko roślinne: 37.81 g; Tłuszcz: 100.39 g; Węglowodany ogółem: 395.59 g; Sód: 2987.81 mg; Potas: 4690.75 mg; Wapń: 696.54 mg; Witamina C: 184.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1600.22 ug; Błonnik pokarmowy: 36.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-22		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA.		
*Zupa mleczna z ryżem (7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Marchewka wiórki 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Parówka drobiowa (1,6,9,10) 100g, *Musztarda (1,9,10) 10g, *Ketchup (1,9,10) 10g, *Ogórek kiszony 50g,	*Zupa grochowa z kielbasą i ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Makaron gotowany (1,3) 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Sos bolognese z mięsem wieprzowym (1,9) 120g, *Bukiet warzyw (9) 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Mix sałat z oliwą 100g, *Herbata 300ml, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 20g, Posiłek nocny: *Jajko gotowane (3) 1szt, *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 91.73 g; Energia: 3025.85 kcal; Woda: 741.74 g; Białko ogółem: 121.50 g; białko zwierzęce: 49.71 g; białko roślinne: 46.38 g; Tłuszcz: 119.16 g; Węglowodany ogółem: 404.96 g; Sód: 3170.01 mg; Potas: 2783.91 mg; Wapń: 323.08 mg; Witamina C: 52.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2108.49 ug; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;		
poniedziałek 2025-12-22		
Dieta: DIETA CUKRZYCOWA.		
*Pieczywo mieszane z bułką IG (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Marchewka wiórki 50g, *Kawa zbożowa na mleku b/cukru (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Parówka drobiowa (1,6,9,10) 100g, *Musztarda (1,9,10) 10g, *Ketchup (1,9,10) 10g, *Ogórek kiszony 50g, II Śniadanie: *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,	*Zupa grochowa z kielbasą i ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Makaron razowy gotowany (1,3) 200g, *Kompot owocowy z całymi owocami b/cukru 300ml, *Sos bolognese z mięsem wieprzowym (1,9) 120g, *Bukiet warzyw (9) 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Mix sałat z oliwą 100g, *Herbata 300ml, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 20g, Posiłek nocny: *Jajko gotowane (3) 1szt, *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 91.73 g; Energia: 2887.40 kcal; Woda: 889.20 g; Białko ogółem: 120.27 g; białko zwierzęce: 56.52 g; białko roślinne: 44.75 g; Tłuszcz: 116.59 g; Węglowodany ogółem: 375.95 g; Sód: 3300.84 mg; Potas: 2970.82 mg; Wapń: 553.56 mg; Witamina C: 45.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2150.09 ug; Błonnik pokarmowy: 31.67 g;		
poniedziałek 2025-12-22		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA.		
*Zupa mleczna z ryżem (7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Marchewka wiórki 100g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Szynka (1,6,9,10) 50g,	*Zupa brokułowa z ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Makaron gotowany (1,3) 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Sos mięsno-warzywny (1,9) 120g, *Bukiet warzyw (9) 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Herbata 300ml, *Mix sałat z oliwą 100g, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 20g, Posiłek nocny: *Szynka z indyka (1,6,9,10) 30g, *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 129.31 g; Energia: 2591.89 kcal; Woda: 718.37 g; Białko ogółem: 117.26 g; białko zwierzęce: 50.77 g; białko roślinne: 41.09 g; Tłuszcz: 82.81 g; Węglowodany ogółem: 378.33 g; Sód: 3739.85 mg; Potas: 2841.65 mg; Wapń: 248.13 mg; Witamina C: 80.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2594.98 ug; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;		
poniedziałek 2025-12-22		
Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA.		
*Zupa mleczna z ryżem (7) 200ml, *Pieczywo mieszane z bułką (1) 100g, *Masło extra (7) 20g, *Marchewka wiórki 50g, *Kawa zbożowa na mleku (1,7) 300ml, *Herbata 300ml, *Parówka drobiowa (1,6,9,10) 100g, *Musztarda (1,9,10) 10g, *Ketchup (1,9,10) 10g, *Ogórek kiszony 50g, II Śniadanie: *Kefir naturalny 1 szt. (7) 150ml,	*Zupa grochowa z kielbasą i ziemniakami (1,7,9) 300ml, *Makaron gotowany (1,3) 200g, *Kompot owocowy 300ml, *Sos bolognese z mięsem wieprzowym (1,9) 120g, *Bukiet warzyw (9) 200g, Podwieczorek: *Sok warzywny (9) 300ml, *Wafle ryżowe 30g,	*Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Mix sałat z oliwą 100g, *Herbata 300ml, *Szynka z indyka (1,6,9,10) 20g, Posiłek nocny: *Jajko gotowane (3) 1szt, *Pieczywo mieszane (1) 100g, *Masło extra (7) 10g, *Ser fromage (7) 30g,
Wartości odżywcze: Odpadki: 91.73 g; Energia: 3127.85 kcal; Woda: 919.74 g; Białko ogółem: 128.30 g; białko zwierzęce: 56.51 g; białko roślinne: 46.38 g; Tłuszcz: 123.16 g; Węglowodany ogółem: 414.76 g; Sód: 3260.01 mg; Potas: 3065.91 mg; Wapń: 563.08 mg; Witamina C: 54.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2158.49 ug; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubuskie Centrum Ortopedii +		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny