

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	12.02.2024	13.02.2024	14.02.2024	15.02.2024	16.02.2024	17.02.2024	18.02.2024
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
Śniadanie/II Śniadanie	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Szynka 50g 1,6,9,10 , ser biały 30 g , Ogórek zielony 30g 9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200 ml, jabłko	Kaszka manna na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Dżem owocowy 50g 12 , sałatka mięsno-makaronowa 50g 7 , Herbata 200ml, kawa zbożowa 200ml, jabłko	Płatki owsiane na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Ser topiony 25g 7 , ser żółty 30g, ogórek zielony 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml, kawa zbożowa 200 ml, jabłko	Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Indyk z pasieki 70g 1,6,9,10 , Cwikła 100g 9 , Sałata 30g, Herbata 200ml kawa zbożowa 200ml, jabłko	Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , pasta z makreli 50g Papryka czerwona 70g, Sałata 10g, Herbata 200ml, kawa zbożowa 200ml, jabłko	Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Kiełbasa żywiecka 50g, 1,6,9,3 , Pomidor w śmietanie z cebulą 100g Sałata 10g, Herbata 200ml, kawa zbożowa 200ml, jabłko	Płatki jęczmieńne na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Szynka kanapkowa 50g 1,6,9,10 , Serek fromage 50g Papryka 70g, Sałata 10g, Herbata 200ml, kawa zbożowa 200ml, jabłko
	Dieta lekkostrawna/wąt robowa/	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Szynka 50g 1,6,9,10 , ser biały 30g, Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa zbożowa 200 ml, jabłko	Kaszka Manna na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Dżem owocowy 50g 12 , sałatka mięsno-makaronowa 50g 7 , Jabłko 100g, Herbata 200ml, kawa zbożowa 200ml	Płatki owsiane na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Ser topiony 25g 7 , ser żółty 30g, ogórek zielony 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml, kawa zbożowa 200 ml, jabłko	Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Indyk z pasieki 50g 1,6,9,10 , Sałata 30g, Herbata 200ml, kawa zbożowa 200ml, jabłko	Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , pasta z makreli 50g Sałata 10g, Herbata 300ml, kawa zbożowa 200ml, jabłko	Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Kiełbasa żywiecka 50g, 1,6,9,3 Pomidor w śmietanie 100g Sałata 10g, Herbata 200ml, kawa zbożowa 200ml, jabłko	Płatki jęczmieńne na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Szynka kanapkowa 50g 1,6,9,10 , Serek fromage 50g Papryka 70g, Sałata 10g, Herbata 200ml, jabłko
Obiad	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Krem z dyni z imbirem 300ml 1,3,7,9 Zraz wieprzowy w sosie własnym 200g 7,9 , Kasza gryczana 200g 1 , Surówka z kapusty pekińskiej 150g 9 , Kompot owocowy 300ml,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Kotlet schabowy 150g 1,3,7,9 Ziemniaki 200g 9 , Mizeria 150g 7 Kompot owocowy 300ml,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Naleśniki z serem w polewie truskawkowej 2szt surówka z marchwi z ananase 150g 9 , Kompot owocowy 300ml,	Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml 1,3,7,9 sztuka mięsa w sosie własnym 200g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej 150g Kompot owocowy 300ml	Krupnik z kaszą jęczmienną zabieleny 300ml 1,7,9 Ryba panierowana smażona 150g , Ziemniaki 200g, surówka z kiszzonej kapusty 150g Kompot owocowy 300ml,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml 1,7,9 Łazanki 250g Surówka z konserwowej czerwonej kapusty 150g Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Udko pieczone 150g 9 Ziemniaki 200g Sałata ze śmietaną 150g 9 , Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna	Krem z dyni 300ml 1,3,7,9 Pieczeń wieprzowa 200g 7,9 Kasza gryczana 200g 1 Surówka z kapusty pekińskiej 150g 9 , Kompot owocowy 300ml,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 Schab w sosie dietetycznym 250g 1,3,7,9 Ziemniaki 150g 9 Mizeria 150g Kompot owocowy 300ml	Bulion z zacierką 300ml 1,7,9 , Naleśniki z serem w polewie truskawkowej, 2szt 1,3,7,9 surówka z marchwi z ananase 150g 9 , Kompot owocowy 300ml,	Zupa jarzynowa z makaronem 300ml 1,3,7,9 Pulpet w sosie śmietanowym 200g Ziemniaki 200g Surówka z kapusty białej 150g Kompot owocowy 300ml	Krupnik z kaszą jęczmienną nie zabieleny 300ml 1,7,9 Ryba pieczona 150g 1,3,4,9 , Marchewka na parze 150g 9 , Kompot owocowy 300ml,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml 1,7,9 Łazanki 250g Marchewka parowana 200g Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Udko pieczone 150g 9 , Ziemniaki 200g Sałata z jogurtem 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml Mandarynka 1szt
Podwieczorek		Galaretka owocowa 150g	Budyń 150ml 7	Pianka na jogurcie 150ml 7	Mandarynka 1szt	Kisiel 150ml	Banan 1szt	Salatka owocowa 150g
Kolacja	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Jajko gotowane 2szt 3 , sos tatarski, Sałata 10g, Herbata 300ml 1,7	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Szynka zielonogórka 60g 1,6,9,10 , Galaretka drobiowa 100g 1,3,7,9 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , salatka jarzynowa 40g , sałata 20g , Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , jajecznicza ze szczypiorkiem i szynką 250g 3 , Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Serek wiejski 30g Sałata 30g, rzodkiewka herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Sałata z konserwowanego selera z szynką Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Pasta jajeczna 60g Ogórek konserwowy 50g 9,10 , Sałata 10g, Herbata 300ml
	Dieta lekkostrawna	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Szynka gotowane 2szt 3 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , Szynka zielonogórka 30g 1,6,9,10 , Galaretki drobiowa 100g 1,3,7,9 , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , salatka jarzynowa 40g , sałata 20g , Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , jajecznicza 250g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Ser wiejski 30g 7 , ser żółty 40g, herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C) , Masło ex 20g 7 , Sałata z konserwowanego selera z szynką Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex 20g 7 , pasta jajeczna 60g 1,6,9,10 , Ogórek zielony 90g 9,10 , Sałata 10g, Herbata 300ml
Posilek nocny		Szynka gotowana 50g 7 , rzodkiewka woda mineralna 500ml	Kiełbasa żywiecka 50g 1,6,9,10 pomidor woda mineralna 500ml	Rogalik 100g 1,3 woda mineralna 500ml	Twaróg na słońcu 50g 7 , woda mineralna 500ml	dżem 50g 12 woda mineralna 500ml	Paszтет wędzony 50g woda mineralna 500ml	Ser żółty 50g woda mineralna 500ml