

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	15.07.2024	16.07.2024	17.07.2024	18.07.2024	19.07.2024	20.07.2024	21.07.2024
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
Śniadanie/ II śniadanie	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Kasza manna na mleku 200ml 1,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, <b>pasta mięsna 40g 1,6,9,10</b> , pomidor 30g Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Kiełbasa biała z szynki 80g 1,6,9,10, musztarda 10g Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	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 30g 7, Szynka na kartki 30g 1,6,9,10, Papryka 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Kaszka na mleku 200ml 7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, pasztet babuni 30g 1,6,9,10, <b>ser biały 20g, burak w plastrach 20g, miód 10g</b> Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Ser biały ze szczypiorkiem 50g 7, Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Makaron na mleku 200ml 1,3,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Poledwica sopocka 40g, rolada ustrzycka 20g Sałata 10g, Ogórek kiszony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, <b>Salami 30g</b> , Dżem wiśniowy 30g/ Ser żółty 30g 7 (C), Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7
	Dieta lekkostrawna	Kasza manna na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, pasta miesna 40g 1,6,9,10, Buraczki tarte 100g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, kiełbasa biała z szynki 80g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki owsiane na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szynka na kartki 50g 1,6,9,10, Ser biały 30g 7, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Ryż na mleku 200ml 7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, pasztet babuni 30g 1,6,9,10, <b>ser topiony 20g, burak w plastrach 20g</b> Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Serek wiejski 50g 7, Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Makaron na mleku 200ml 1,3,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, poledwica sopocka 30g Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, <b>Indyk z pasieki 50g 1,6,9,10</b> , Dżem wiśniowy 30g Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7,
Obiad	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Krem z brokułów 300ml 1,7,9, Gulasz wieprzowy 150g 1,7,9, Kluski śląskie 200g 1, Sałatka z ogórka kiszzonego i cebulki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa zabieleną 300ml 1,7,9, Pierś z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100g 1,7,9, Ziemniaki 200g 7, Surówka z kapusty białej i marchewki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa grochowa 300ml 1,7,9, Sos bolognese z mięsem wieprzowym 150g 1,9, Makaron pszenny 200g 1,3/ Makaron razowy 200g 1,3 (C), Surówka z selera i marchewki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami 200ml 1,3,7,9, Gołąbek w sosie pomidorowym 150g 9, Ziemniaki 200g 7, Kompot owocowy 300ml	Botwinka 300ml 1,7,9, <b>pieczeni leniwe z bulką 250g</b> , Surówka z pomidora w sosie vinegre 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z fasolką zieloną i ziemniakami 300ml 1,7,9, Pulpety w sosie śmietanowym 100g/120ml 1,3,7,9, Kasza jęczmienna 200g 1, Buraczki z cebulką 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Ryba smażona 150g 1,3,4,9, Ziemniaki 200g 7, Sałata ze śmietaną 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna	Krem z brokułów 300ml 1,7,9, Gulasz wieprzowy 150g 1,7,9, Kluski śląskie 200g 1, Warzywa parowane 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa 300ml 1,7,9, Pierś z kurczaka pieczona 150g 1,7,9, Ziemniaki 200g 7, Marchewka gotowana 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Sos mięsno-warzywny 150g 1,7,9, Makaron pszenny 200g 1,3, Dynia parowana 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Żurek z jajkiem 300ml 1,7,9, Gołąbek bez kapusty 150g 9, Ziemniaki 200g 7, Kompot owocowy 300ml	Barszcz czerwony z soczewicą czerwoną 300ml 1,7,9, Kopytka w sosie jarzynowym 200g/150g 1,7,9, Brokuł z marchewką 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z fasolką zieloną i ziemniakami 300ml 1,7,9, Pulpety w sosie śmietanowym 100g/120ml 1,3,7,9, Kasza jęczmienna 200g 1, Buraczki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Ryba pieczona 150g 1,3,4,9, Ziemniaki 200g 7, Sałata z jogurtem naturalnym 150g 7,9, Kompot owocowy 300ml
Podwieczorek		Jogurt owocowy 150g 7 Jogurt naturalny 150g 7 (C)	Śliwka 2 szt.	Arbuz 150g	Gruszka 1 szt.	Kisiel 150ml 1	jabłko 1 szt.	Galaretki owocowa 150g 1
Kolacja	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, jajko 1,5 w sosie tatarskim 100g 7, <b>ser żółty 20g</b> , Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Pierś z indyka 40g, Pomidor 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Rolada ustrzycka 30g 7, szynka tyrolska 30g 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, <b>Sapusta z mięsem i kiełbasą 150g</b> , Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, <b>sałatka warzywna 70g</b> Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Sałata makaronowa z szynką 70g 1,3,6,7,9,10, Ser topiony 20g 7, Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, <b>Szynka z kija 40g 1,6,9,10</b> , Ser fromage 30g 7, Sałata 10g, Herbata 200ml
	Dieta lekkostrawna	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, jajko 1,5 szt Ogórek zielony 30g 7, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Pierś z indyka 40g 1,6,9,10, Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szynka tyrolska 50g 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g <b>kapusta z mięsem i kiełbasą 150g</b> , Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, <b>Sałatka warzywna 70g</b> Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szynka drobiowa 60g 1,6,9,10, Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szynka z kija 40g 1,6,9,10, Ser fromage 30g 7, Sałata 10g, Herbata 200ml
Posilek nocny		Indyk z pasieki 40g 1,6,9,10, Woda mineralna 500ml	Ser wiejski z rzodkiewką 40g 7, Woda mineralna 500ml	Wafle ryżowe 2 szt, 30g Woda mineralna 500ml	Jajko 1szt Woda mineralna 500ml	Szynka wykwinna 40g 1,6,9,10, Woda mineralna 500ml	Serek waniliowy 150g 7, Woda mineralna 500ml	Migdały 20g Woda mineralna 500ml