

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	12.08.2024	13.08.2024	14.08.2024	15.08.2024	16.08.2024	17.08.2024	18.08.2024	
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	
Śniadanie	Dieta podstawowa	Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser żółty 30g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Ćwikła 50g 9 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Kasza manna 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Dżem wiśniowy 50g 12 , Twaróg 50g 7 , Jablko 50g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałatka mięsno-makaronowa 50g 1,3,6,7,9,10 , 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 , Masło ex. 20g 7 , Indyk z pasieki 50g 1,6,9,10 , Ser biały z rzodkiewką 30g 7 , 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 , Masło ex. 20g 7 , Pasta z makreli 70g 1,4,7,9,10 , Dżem owocowy 20g, 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 , Masło ex. 20g 7 , Połędwica sopocka 50g 9 , Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki jęczmieńne na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Parówka na ciepło 100g 1,6,9,10 , Miód 25g, Papryka 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Makaron na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Dżem owocowy 20g, Połędwica drobiowa 30g, Jabłko 50g, Buraczki 50g 9 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Kasza manna na mleku 200ml, Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Dżem wiśniowy 50g, Twaróg 50g 7 , Jabłko 50g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Połędwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałatka mięsno-makaronowa 50g 1,3,6,7,9,10 , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki owsiane na mleku 200ml 7 , Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Indyk z pasieki 50g 1,6,9,10 , Ser biały 30g 7 , Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Pasta z makreli 70g 1,4,7,9,10 , Dżem owocowy 20g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Połędwica sopocka 50g 9 , Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki jęczmieńne na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Parówka na ciepło 100g 1,6,9,10 , Miód 25g, Pomidor 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	
Obiad	Dieta podstawowa	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300ml 1,3,7,9 , Kurczak w sosie bazyliowym 100g 1,7,9 , Ziemniaki 200g, Surówka z selera i jabłka 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Gulasz wieprzowy 200g 1,7,9 , Kasza jęczmieńna 200g 1 , Surówka z marchewki ze jogurtem naturalnym 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml 1,7,9 , Karkówka w sosie cebulowym 100g 1,7,9 , Ziemniaki 200g, Surówka z kapusty białej 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna zabieleną 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g 1,7,9 , Makaron pszenny 150g 1,3 , Surówka z pomidora w sosie winegret 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Krupnik z kaszą jęczmieńną 300ml 1,7,9 , Racuchy w sosie waniliowo-owocowym 200g 1,3,7 , Gruszka 200g, Kompot owocowy 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml 1,7,9 , Kotlet mielony 100g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Mizeria 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Pałka z kurczaka / 150g 9 , Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem naturalnym 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Barszcz biały z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Gulasz wieprzowy 200g 1,7,9 , Ziemniaki 200g, Surówka z selera i jabłka 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Gulasz wieprzowy 200g 1,7,9 , Kasza jęczmieńna 200g 1 , Surówka z marchewki ze jogurtem naturalnym 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml 1,7,9 , Pierś z kurczaka pieczona 100g 9 , Ziemniaki 200g, Brokuł parowany 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna zabieleną 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g 1,7,9 , Makaron pszenny 150g 1,3 , Marchewka parowana 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Krupnik z kaszą jęczmieńną 300ml 1,7,9 , Racuchy pieczone z sosem waniliowo-owocowym 200g 1,3,7 , Gruszka 200g, Kompot owocowy 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml 1,7,9 , Pulpet mielony 100g w sosie koperkowym 150ml 1,3,7,9 , Ziemniaki 200g, Mizeria 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9 , Pałka z kurczaka gotowana / 150g 9 , Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem naturalnym 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	
Podwieczorek		Brzoszwinia 1 szt.	Budyń b/cukru 150ml 1,7	Śliwka 2 szt.	Kisiel b/cukru 150ml 1	Arbuz 150g	Sałata owocowa 150g 9	Jablko 1 szt.	
Kolacja	Dieta podstawowa	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Kielbasa z pieca 30g 1,6,9,10 , Sałatka jarzynowa 70g 1,3,7,9 , Papryka 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szynka drobiowa 60g 1,6,9,10 , Ogórek kiszony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Jajko gotowane 1 szt. 3 , Ser fromage 30g 7 , Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Leczo z mięsem 150g 9 , Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g 7 , Szynka tyrolska 30g 1,6,9,10 , Sałata 10g, Ogórek zielony 50g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , pasta miesna 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , pasta miesna 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Połędwica drobiowa 50g 1,3,7,9,10 , Rzodkiewka 20g, Herbata 200ml
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Połędwica drobiowa 50g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Szynka drobiowa wyborna 60g 1,6,9,10 , Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Połędwica drobiowa 40g 1,6,9,10 , Ser fromage 30g 7 , Sałata 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Leczo z mięsem 150g 9 , Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g 7 , Szynka drobiowa 30g 1,6,9,10 , Sałata 10g, Ogórek zielony 50g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , pasta miesna 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Połędwica drobiowa 50g 1,3,7,9,10 , Sałata 20g, Herbata 200ml	
Posilek nocny		Waffle ryżowe 2szt. Woda mineralna 500ml	Szynka wykwinna 40g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Szynka rubinowa 40g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Serek waniliowy 100g, serek naturalny 100g (C) Woda mineralna 500ml	Szynka wykwinna 40g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Rogal z makiem 150g 1 , Woda mineralna 500ml	Jajko gotowane 40g 3 , Woda mineralna 500ml	