

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	16.09.2024	17.09.2024	18.09.2024	19.09.2024	20.09.2024	21.09.2024	22.09.2024	
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	
Śniadanie	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Kasza manna na mleku 200ml 1,7, Chleb balton 60g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Pasta mięsna 40g 9, Pomidor 30g, 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, Masło ex. 20g 7, Polewka sopočka 40g, 1,6,9,10, Rolada usztyczka 20g 7, Sałata 10g, Ogórek kiszony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki owsiane na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Ser topiony 30g 7, Schab z kija 30g 1,6,9,10, Papyra 30g, Sałata 10g, 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, Paszlet wiejski 30g 1,6,9,10, Młód 10g, Ser biały 20g 7, Burak w plasterach 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, Szyńska drożdżowa 40g 1,6,9,10, Ser biały ze szczyptochy 50g 7, 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 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7, Chleb balton 60g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Szyńska dla chłopca 30g 1,6,9,10, Dżem wiśniowy 20g, serrek kanapkowy 20g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Kasza manna na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Masło ex. 20g 7, Pasta mięsna 40g 9, Pomidor bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Makaron na mleku 200ml 1,3,7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Twarog 20g 7, Sałata 10g, Ogórek kiszony 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki owsiane na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Masło ex. 20g 7, Ser biały 30g 7, Schab z kija 30g 1,6,9,10, Pomidor bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Ryż na mleku 200ml 7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Młód 10g, Ser biały 20g 7, Burak w plasterach 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 1,6,9,10, Masło ex. 20g 7, Szyńska drożdżowa 40g 1,6,9,10, Ser biały z koperek 50g 7, 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 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7, Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Dżem wiśniowy 20g, serrek kanapkowy 20g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	
Obiad	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Krem z brokułów 300ml 1,7,9, Gulasz wieprzowy 150g 1,7,9, Kluski śląskie 200g 1, Sałata z ogórka kiszzonego i cebulki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa 300ml 1,7,9, Pierz z kurczaka parowana 100g 1,7,9, Ziemniaki 200g Marchew parowana 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa groszkowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Sos bolognese z mięsem wieprzowym 150g 1,9, Makaron pszenny 200g 1,3, Surowka z selera i marchewki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zurek z jajkiem i ziemniakami 300ml 1,3,7,9, Wątróbka drożdżowa w sosie własnym 150g 1,7,9, Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 300ml	Barszcz czerwony 300ml 1,7,9, Pierogi leniwe 250g 1,3,7,9, Surowka z pomidora b/skórki z jogurtem nat. 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z fasolką zieloną i ziemniakami 300ml 1,7,9, Palupy w sosie smietanowym 100g/120ml 1,3,7,9, Kasza jęczmienna 200g 1, Buraczki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Ryba parowana 100g 1,3,4,9, Ziemniaki 200g, Sałata ze smietana 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml	
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Krem z brokułów 300ml 1,7,9, Gulasz wieprzowy, mięso odłuszczone 150g 1,7,9, Kluski śląskie 200g 1, Dymia parowana 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa 300ml 1,7,9, Pierz z kurczaka parowana 100g 1,7,9, Ziemniaki 200g Marchew parowana 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa groszkowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Sos bolognese z mięsem wieprzowym 150g 1,9, Makaron pszenny 200g 1,3, Surowka z selera i marchewki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Zurek z jajkiem i ziemniakami 300ml 1,3,7,9, Wątróbka drożdżowa w sosie własnym 150g 1,7,9, Ziemniaki 200g, Kompot owocowy 300ml	Barszcz czerwony 300ml 1,7,9, Pierogi leniwe 250g 1,3,7,9, Surowka z pomidora b/skórki z jogurtem nat. 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z fasolką zieloną i ziemniakami 300ml 1,7,9, Palupy w sosie smietanowym 100g/120ml 1,3,7,9, Kasza jęczmienna 200g 1, Buraczki 200g 9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Ryba parowana 100g 1,3,4,9, Ziemniaki 200g, Sałata ze smietana 200g 7,9, Kompot owocowy 300ml	
Podwieczorek	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Jogurt owocowy 150g 7/ Jogurt naturalny 150g 7 (C)	Jabłko 1 szt.	Arbuz 150g	Gruska 1 szt.	Kisiel b/cukru 150ml 1	Jabłko 1 szt.	Banan 1 szt.	
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Jajko gotowane 1,5 szt. 3, Ser biały 20g 7, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Szyńska drożdżowa 40g 1,6,9,10, Ogórek 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Ser mozzarella 30g 7, Kiełbasa góralska 30g 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1, Masło ex. 20g 7, Szyńska drożdżowa 40g 1,6,9,10, Ogórek bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Ogórek bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Sałata 10g, Ogórek zielony b/skórki 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Sałata 10g, Ogórek zielony b/skórki 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Sałata 10g, Ogórek zielony b/skórki 30g, Herbata 200ml
Posiłek nocny	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Szablowa kanapkowa 40g 1,6,9,10, Woda mineralna 500ml	Boczek dymki parzony 40g 7 Woda mineralna 500ml	Wafle ryżowe 30g (C), Rzodkiewka 30g, Woda mineralna 500ml	Szyńska pastuska 40g 1,6,9,10, Woda mineralna 500ml	Serek waniliowy 150g 7/ Serek naturalny 150g 7 (C)	jajko 1 szt 3, Woda mineralna 500ml	Mix sałat w sosie 30g 7 Woda mineralna 500ml	
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Masło ex. 20g 7, Szyńska drożdżowa 40g 1,6,9,10, Ogórek bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Masło ex. 20g 7, Szyńska drożdżowa 40g 1,6,9,10, Ogórek bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Masło ex. 20g 7, Szyńska drożdżowa 40g 1,6,9,10, Ogórek bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Masło ex. 20g 7, Szyńska drożdżowa 40g 1,6,9,10, Ogórek bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Masło ex. 20g 7, Szyńska drożdżowa 40g 1,6,9,10, Ogórek bez skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Sałata 10g, Ogórek zielony b/skórki 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Sałata 10g, Ogórek zielony b/skórki 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1,6,9,10, Sałata 10g, Ogórek zielony b/skórki 30g, Herbata 200ml