

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	30.09.2024	01.10.2024	02.10.2024	03.10.2024	04.10.2024	05.10.2024	06.10.2024
		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
Śniadanie	Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 200ml <b>1,3,7</b> , Chleb balton. 60g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , schab z kija 40g <b>1,6,9,10</b> , Dżem owocowy 30g, Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Ryż na mleku 200ml <b>7</b> , Chleb balton. 60g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , Sałatka mięsno-makaronowa 60g <b>1,3,6,7,9,10</b> , Pomidor 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Płatki owsiane na mleku 200ml <b>1,7</b> , Chleb balton. 60g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , Ser topiony 25g <b>7</b> , Kiełbasa piwna 30g <b>1,6,9,10</b> , Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Makaron na mleku 200ml <b>1,3,7</b> , Chleb balton. 60g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , schab ze spiżarni 50g <b>1,6,9,10</b> , Ćwikła 40g <b>9</b> , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Kasza manna na mleku 200ml <b>1,7</b> , Chleb balton. 60g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , <b>sałatka ziemniaczana 60g 7, 9,10</b> , Papryka czerwona 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Kasza kukurydziana na mleku 200ml <b>1,7</b> , Chleb balton. 60g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , Pasta jajeczna 60g <b>1,3,7,9,10</b> , <b>1,6,9,10</b> , Pomidor w śmietanie z cebulą 40g <b>7</b> , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Płatki jęczmienne na mleku 200ml <b>1,7</b> , Chleb balton. 60g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , Parówki z fileta kurczaka 40g <b>1,6,9,10</b> , Serek camembert 20g <b>7</b> , Papryka 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Zacierka na mleku 200ml <b>1,3,7</b> , Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> , (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , Schab z kija 40g <b>1,6,9,10</b> , Dżem owocowy 30g, Ogórek zielony b/skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Ryż na mleku 200ml <b>7</b> , Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> (C) Masło ex. 20g <b>7</b> , Sałatka mięsno-makaronowa 60g <b>1,3,6,7,9,10</b> , Pomidor 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Płatki owsiane na mleku 200ml <b>1,7</b> , Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , Kiełbasa piwna 50g <b>1,6,9,10</b> , Ogórek zielony b/skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Makaron na mleku 200ml <b>1,3,7</b> , Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , schab ze spiżarni 50g <b>1,6,9,10</b> , Buraczki 40g <b>9</b> , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Kasza manna na mleku 200ml <b>1,7</b> , Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , sałatka ziemniaczana 60g <b>1,3,7,9,10</b> , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Kasza kukurydziana na mleku 200ml <b>1,7</b> , Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , Pasta jajeczna 50g <b>1,6,9,10</b> , Pomidor w j.naturalnym 40g <b>7</b> , Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>	Płatki jęczmienne na mleku 200ml <b>1,7</b> , Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , Kiełbaska z fileta kurczaka 40g <b>1,6,9,10</b> , Serek biały 20g <b>7</b> , Ogórek zielony b/skórki 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml <b>1,7</b>
Obiad	Dieta podstawowa	Krem z dyni z imbirem 300ml <b>1,7,9</b> , <b>Risotto z mięsem 250g</b> Kompot owocowy 300ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml <b>1,7,9</b> , Kotlet schabowy 150g <b>1,3,9</b> , Ziemniaki 200g, Mizeria z jog. naturalnym 200g <b>7,9</b> , Kompot owocowy 300ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml <b>1,7,9</b> , Naleśniki z serem w polewie truskawkowej 2 szt. <b>1,3,7</b> , Surówka z marchwi z anansem 200g <b>9</b> , Kompot owocowy 300ml	Zupa groszkowa z makaronem 300ml <b>1,3,7,9</b> , Zraz w sosie własnym 150g <b>1,9</b> , <b>Kasza jęczmienna</b> 200g, Surówka z kapusty białej 200g <b>9</b> , Kompot owocowy 300ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml <b>1,7,9</b> , Ryba panierowana z pieca 150g <b>1,3,4,9</b> , Ziemniaki 200g, Ogórek kiszony w słupki 200g <b>9</b> , Kompot owocowy 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml <b>1,7,9</b> , Łazanki z kapusty kiszonej i kiełbaski 250g <b>1,3,7,9</b> , <b>Cukinia grilowana</b> 200g <b>9</b> , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml <b>1,3,9</b> , Podudzie z kurczaka smażone 150g <b>9</b> , Ziemniaki 200g, Sałata ze śmietaną 200g <b>7,9</b> , Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Krem z dyni z imbirem 300ml <b>1,7,9</b> , <b>Risotto z mięsem 250g</b> , Kompot owocowy 300ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml <b>1,7,9</b> , Schab pieczony w sosie własnym 100g <b>9</b> , Ziemniaki 200g, Mizeria z jog. naturalnym 200g <b>7,9</b> , Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml <b>1,7,9</b> , Makaron z serem w polewie z jogurtu 2 szt. (C) <b>1,3,7</b> , Surówka z marchwi z Jabłkiem (C) 200g <b>9</b> , Kompot owocowy 300ml	Zupa groszkowa z makaronem 300ml <b>1,3,7,9</b> , Zraz w sosie własnym 100g <b>1,9</b> , Ryż 200g, Dynia parowana 200g <b>9</b> , Kompot owocowy 300ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml <b>1,7,9</b> , Ryba gotowana 150g <b>1,3,4,9</b> , Ziemniaki 200g, surówka z selera 200g <b>9</b> , Kompot owocowy 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml <b>1,7,9</b> , Makaron z sosem jarzynowym 250g/150g <b>1,3,7,9</b> , Cukinia parowana 200g <b>9</b> , Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml <b>1,3,9</b> , Podudzie z kurczaka parowane 150g <b>9</b> , Ziemniaki 200g, Sałata z j.naturalnym 200g <b>7,9</b> , Kompot owocowy 300ml
Podwieczorek		Śliwka 2 szt.	Brzoskwinia 1 szt.	Banan 1 szt.	Jabłko 1 szt.	Kisiel b/cukru 150ml <b>1</b>	Gruszka 1 szt.	Sałatka owocowa 150g
Kolacja	Dieta podstawowa	Chleb balton. 100g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , Ser żółty 40g <b>7</b> , Rzodkiewka 20g, Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb balton. 100g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , <b>Szynka ze spiżarni</b> 30g <b>1,6,9,10</b> , Pasztet 20g <b>1,6,9,10</b> , Pomidor 20g, Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb balton. 100g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , Jajecznicza 40g <b>1,6,9,10</b> , Ser biały 20g <b>7</b> , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb balton. 100g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , Jajecznicza ze szczypiorkiem i szynką 250g <b>1,3,6,9,10</b> , Herbata 300ml	Chleb balton. 100g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , Serek wiejski ze szczypiorkiem 30g <b>7</b> , Szynkowa dębowa 30g <b>1,6,9,10</b> , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb balton. 100g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , <b>Pieczeń wiedeńska</b> 60g <b>1,3,6,7,9,10</b> , Herbata 300ml	Chleb balton. 100g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> , Masło ex. 20g <b>7</b> , <b>Sałatka z konserwowanego selera z szynką</b> 70g <b>1,6,9,10</b> , Sałata 10g, Herbata 300ml
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , Chleb graham 40g <b>1</b> (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , Ser żółty 40g <b>7</b> , Sałata 30g, Herbata 300ml	Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C) Masło ex. 20g <b>7</b> , szynka drobiowa 50g <b>1,6,9,10</b> , Pomidor 20g, Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , Szynka piastowska 40g <b>1,6,9,10</b> , Ser biały 20g <b>7</b> , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , Jajecznicza z szynką gotowana 250g <b>1,3,6,9,10</b> , Herbata 300ml	Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C) Masło ex. 20g <b>7</b> , Ser biały 30g <b>7</b> , Szynkowa dębowa 30g <b>1,6,9,10</b> , Sałata 10g, Herbata 300ml	Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , <b>Szynka drobiowa</b> 60g <b>1,3,6,7,9,10</b> , Herbata 300ml	Chleb pszenno-żytni 100g <b>1</b> , <b>Chleb graham 40g 1</b> (C), Masło ex. 20g <b>7</b> , Szynka drobiowa 40g <b>1,6,9,10</b> , Ogórek zielony b/skórki 20g, Sałata 10g, Herbata 300ml
Posiłek nocny		Kiełbasa góralska 30g <b>1,6,9,10</b> Woda mineralna 500ml	Serek waniliowy 150g <b>7</b> / Serek naturalny 150g <b>7</b> <b>CUK</b> Woda mineralna 500ml	Rogalik z makiem 100g <b>1,3</b> Woda mineralna 500ml	filet pieczony premium 30g <b>7</b> Woda mineralna 500ml	kabanos klasyczny drobiowy 30g <b>1,6,9,10</b> Woda mineralna 500ml	sałata z rzodkiewką 40g <b>3</b> Woda mineralna 500ml	jajko na zimno 40g <b>1,6,9,10</b> , Woda mineralna 500ml