

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	14.10.2024	15.10.2024	16.10.2024	17.10.2024	18.10.2024	19.10.2024	20.10.2024
		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 , Poledwica drobiowa 30g 1,6,9,10 , Ćwikla 100g 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 30g 12 , Schab z kija 40g 7 , Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 Jabłko 150g	Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , jajko 1szt, Sałatka mięsno-makaronowa 60g 1,3,6,7,9,10 , Sałata 10g, Pomidor 100g 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 , Schab ze szpizarni 40g 1,6,9,10 , Ser biały z rzodkiewką 50g 7 , Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 Ogórek 70 g	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Sałatka z makreli 70g 1,4,7,9,10 , Dżem owocowy 20g, Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 Papryka 70g	Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb balton. 60g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Pasztet z soczewicy 50g 9 , Sałata 30g, Ogórek zielony 70g, 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 , kielbasa piwna 40g 1,6,9,10 , Miód 25g, Papryka 70g, Sałata 30g, 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, Poledwica drobiowa 30g, 1,6,9,10 , Buraczki 100g 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 , 1,7 , Masło ex. 20g 7 , Dżem wiśniowy 30g, schab z kija 40g 7 , Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 Jabłko 150 g	Ryż na mleku 200ml 7 , Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , jajko 1szt . Sałatka mięsno-makaronowa 60g 1,3,6,7,9,10 , Sałata 10g, Pomidor 100 g 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 , Schab ze szpizarni 40g 1,6,9,10 , Ser biały 30g 7 , Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 Ogórek 70g	Zacierka na mleku 200ml 1,3,7 , Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Sałatka z makreli 70g 1,4,7,9,10 , Dżem owocowy 20g, Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7 Pomidor 70g	Kasza kukurydziana na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Poledwica sopocka 50g 9 , Sałata 30g, Ogórek zielony 70g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Płatki jęczmienne na mleku 200ml 1,7 , Chleb pszenny 100g 1 , Masło ex. 20g 7 , Poledwica drobiowa 40g 1,6,9,10 , Miód 25g, Pomidor 70g, Sałata 30g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7
Obiad	Dieta podstawowa	Barszcz ukraiński ziemniakami 300ml 1,3,7,9 Kurczak w sosie bazylowym 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 jęczmienna 200g 1 , Surówka z marchewki ze jogurtem naturalnym 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml 1,7,9 , Ziemniaki 200g, Gołąbek w sosie pomidorowym 150g, jabłko 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna zabiłana 300ml 1,7,9 , Sos szpinakowy z mięsem drobiowym 150g 1,7,9 , Makaron pszenny 150g 1,3 , pomidor w ćwiartkach 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml 1,7,9 , Pierogi z serem białym 200g 1,3,7 , Surówka z kapusty pekińskiej Kompot owocowy 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300ml 1,7,9 , Kotlet mielony 100g 1,3,9 , Ziemniaki 200g, Mizeria 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml Gruszka 150g	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 , Kurczak w sosie bazylowym 150g 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 jęczmienna 200g 1 , Surówka z marchewki ze jogurtem naturalnym 200g 7,9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa z groszkiem zielonym 300ml 1,7,9 , Ziemniaki 200g, Gołąbek na parze 150g, Brokuł parowany 200g 9 , Kompot owocowy 300ml	Zupa wiosenna zabiłana 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 jęczmienną 300ml 1,7,9 , Pierogi z serem białym 200g 1,3,7 , Surówka z kapusty pekińskiej 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 , Jabłko 150g , 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		Gruszka 1 szt.	Jogurt nat 150ml 1,7	Śliwka 2 szt.	Jogurt nat 150ml 1,7	Brzoskwinia 150 g	Jogurt nat 150ml 1,7	Kefir 150g
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 60g 1,3,7,9 , Papryka 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , kielbasa góralska 40g 1,6,9,10 , Ogórek kiszony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Pasztet wiedeński 40g, Ser fromage 30g 7 , Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , kielbasa śląska na ciepło 100g 9 , Pomidor 100g Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g 7 , Szynka piastowska 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 jajeczna 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , kielbasa piwna 40g 1,6,9,10 , Rzodkiewka 100g, Herbata 200ml
	Dieta lekkostrawna/cukrzycowa	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Poledwica 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 40g 1,6,9,10 , Ogórek zielony 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Poledwica drobiowa 40g 1,6,9,10 , Ser fromage 30g 7 , Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Parówka na ciepło 100g 9 , Herbata 200ml Pomidor 100g	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Ser biały 30g 7 , Szynka piastowska 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 jajeczna 60g 1,6,9,10 , Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1 , Chleb graham 40g 1 , Masło ex. 20g 7 , Poledwica drobiowa 50g 1,3,7,9,10 , Sałata 30g, Herbata 200ml Pomidor 70g
Posilek nocny		Wafle ryżowe 2szt. Woda mineralna 500ml Kefir 150g	Szynka wykwitna 30g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Szynka rubinowa 30g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml Kefir 150g	Serek waniliowy 100g, serek naturalny 100g (C) Woda mineralna 500ml	kielbasa podłaska 30g 1,6,9,10 , Woda mineralna 500ml	Rogal z makiem 150g 1 , Woda mineralna 500ml	kabanos klasyczny drobiowy 30g 3 , Woda mineralna 500ml