

Lubuskie Centrum Ortopedii	Dzień tygodnia	11.03.2024	12.03.2024	13.03.2024	14.03.2024	15.03.2024	16.03.2024	17.03.2024
		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, Indyk z pasieki 20g 1,6,9,10, Pasztet 30g 1,6,9,10, Cwikła 100g 9, 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 podwawelska 30g 1,6,9,10, Sałatka jarzynowa 70g 1,6,7,9,10, 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/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Ser żółty 30g 7, Szyńska na kartki 30g 1,6,9,10, Pomidor 70g, Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7	Ryż na mleku 200ml 7, Chleb balton. 60g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Rolada ustrzycka 30g 1,6,9,10, Wędzonka rydzynska 30g 1,6,9,10, Ogórek konserwowy 50g 9,10, 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, Serek wiejski z rzodkiewką 50g 7, Ser żółty 20g 1,3,7,9, 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, Kiełbasa biała na gorąco 100g 1,6,9,10, Ketchup 10g 9,10, Musztarda 10g 9,10, 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, Galantyna drobiowa 50g 1,6,9,10, Dżem wiśniowy 50g/ Serek żółty 50g 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, Indyk z pasieki 50g, 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 podwawelska 50g 1,6,9,10, 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, Szyńska 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, Szyńska gotowana ex. 50g 1,6,9,10, Ogórek zielony 50g, 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 70g 7, 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, Kiełbasa biała na gorąco 100g 1,6,9,10, Ketchup 20g 9,10, 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, Galantyna drobiowa 50g 1,6,9,10, Dżem wiśniowy 50g Sałata 10g, Herbata 200ml, Kawa z mlekiem 200ml 1,7
Obiad	Dieta podstawowa/ cukrzycowa (C)	Zupa neapolitańska z makaronem 300ml 1,3,7,9, Gulasz wieprzowy 150g 1,7,9, Kluski śląskie 200g 1, Sałatka z ogórka kiszzonego i cebulki 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Pierś z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100g 1,7,9, Ziemniaki 200g 1, Surówka z kapusty białej i marchewki 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 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 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Barszcz ukraiński z fasolą Jaś i ziemniakami 300ml 1,7,9, Pałki z kurczaka 2 szt/ ok. 150g 9, Ziemniaki 200g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300ml 1,3,6,7,9, Pierogi leniwe z bułką 300g 1,7, Surówka z pomidora w sosie vinegre 150g 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 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Ryba smażona 150g 1,3,4,9, Ziemniaki 200g, Sałata ze śmietaną 150g 7,9, Kompot owocowy 300ml
	Dieta lekkostrawna	Zupa marchewkowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Gulasz wieprzowy 150g 1,7,9, Kluski śląskie 200g 1, Brokuł gotowany 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Potrawka z kurczaka z warzywami 150g 1,7,9, Ziemniaki 200g, Marchewka gotowana 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml 1,7,9, Sos mięsno-warzowy 150g 1,9, Makaron pszenny 200g 1,3, Dynia parowana 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml 1,7,9, Pałki z kurczaka 2 szt, ok. 150g 9, Ziemniaki 200g, Fasolka szparagowa parowana 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Zupa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 300ml 1,7,9, Kopytka w sosie jarzynowym 200g/150g 1,7,9, Brokuł z marchewką 150g 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 150g 9, Kompot owocowy 300ml	Rosół z makaronem 300ml 1,3,9, Ryba pieczona 150g 1,3,4,9, Ziemniaki 200g, Sałata z jogurtem naturalnym 150g 7,9, Kompot owocowy 300ml
Podwieczorek		Jogurt owocowy 150g 7 Jogurt naturalny 150g 7 (C)	Jabłko 1 szt.	Ryż z jabłkiem i cynamonem z polewą śmietanową 250g/120ml 7	Gruszka 1 szt.	Mandarynka 1szt.	Kisiel 150ml 1	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, Pasta miesna 40g 1,4,6,7,9, Ser żółty 30g 7, 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 60g 1,6,9,10, Ogórek zielony 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Kiełbasa drobiowa 30g 1,6,9,10, Jajko 1,5 szt. 3, Cwikła 100g 9, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenno-żytni 100g 1, Chleb graham 40g 1/ Chleb graham 100g 1 (C), Masło ex. 20g 7, Bigos ze słodkiej kapusty z mięsem wp. i wędliną 150g 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, Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g 1,3,7,9, 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, Sałatka 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, Szyńska zielonogórska 60g 1,6,9,10, Ser fromage 30g 7, Sałata 10g, Herbata 200ml
	Dieta lekkostrawna	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Masło ex. 20g 7, Pasta mięsna 40g 1,4,6,7,9, Ser biały 30g 7, Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Pierś z indyka 60g 1,6,9,10, Ogórek zielony 50g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Masło ex. 20g 7, Kiełbasa drobiowa 50g 1,6,9,10, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Parówka cieleca na ciepło 100g 1,6,9,10, Ketchup 10g 1,9,10, Pomidor 70g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Masło ex. 20g 7, Pasta jajeczna 50g 1,3,7,9, Sałata 10g, Ogórek zielony 30g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Masło ex. 20g 7, Szyńska drobiowa 60g 1,6,9,10, Pomidor 30g, Sałata 10g, Herbata 200ml	Chleb pszenny 100g 1, Masło ex. 20g 7, Szyńska zielonogórska 60g 1,6,9,10, Ser fromage 30g 7, Sałata 10g, Herbata 200ml
Posilek nocny		Szyńska gotowana 50g 1,6,9,10 Woda mineralna 500ml	Twaróg z rzodkiewką 50g 7 Woda mineralna 500ml	Ser biały pieczony 50g 7 Woda mineralna 500ml	Szyńska kanapkowa 50g 1,6,9,10 Woda mineralna 500ml	Rogał z makiem 100g 1, Woda mineralna 500ml	Pierś drobiowa 50g 1,6,9,10 Woda mineralna 500ml	Kiełbasa krakowska 50g 1,6,9,10, Woda mineralna 500ml