

Raport Jadłospis dekadowy 03.01 - 12.01.2024

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2024-01-03
Posiłki	1. I śniadanie 2. obiad 3. kolacja
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: Pacjenci 1. Kobiety (wiek: 51 - 65; liczba: 90)
Norma na energię dla podanej grupy:	2000Kcal
Wybrane posiłki mają zapewnić % dziennego zapotrzebowania według powyższej normy na energię:	100%
Wybrane posiłki mają zapewnić energię na poziomie z:	węglowodanów:55%, białka:18%, tłuszczów:27%

2024-01-03 Środa

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kasza manna na mleku 2% 2016 (350g) 2. Jaja sadzone IZZ (100g) 3. Chleb pszenno-żytni (100g) 4. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 5. Pomidor (100g)	1. Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 2016 (350g) 2. Wątróbka drobiowa duszona 2016 (160g) 3. Ziemniaki średnio (180g) 4. Surówka z kapusty kiszanej 2016 (160g)	1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. Sałata (20g) 4. Szynkowa Extra Wróbel (50g) 5. Jabłko (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-04 Czwartek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Płatki owsiane na mleku 2% tłuszczu 2016 (350g) 2. Chleb pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 4. Kielbasa żywiecka (50g) 5. Mandarynki (100g)	1. Żurek z ziemniakami 2016 (350g) 2. Spagetti z mięsem drobiowym 2016 (320g)	1. Pasta twarogowa z rzodkiewkami 2016 (Jadłospis dekadowy 49 tydzień) (200g) 2. Chleb pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 4. Herbata rumiankowa (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-05 Piątek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Ryż na mleku 2% tłuszczu 2016 (350g) 2. Chleb pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 4. Sałata (20g) 5. Pomidor (50g) 6. Ogórek (50g)	1. Zupa fasolowa 2016 (350g) 2. Makaron z serem feta i szpinakiem 2016 (320g)	1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. #Sałatka śledziowa (160g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-06 Sobota

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (45g) 3. Ser złoty Mazur Mlekpól (50g) 4. Ogórek kwaszony (100g)	1. Zupa ziemniaczana IZZ (350g) 2. Gołąbki siekane 2016 (160g) 3. Ryż biały długoziarnisty Kupiec (160g) 4. Sos pomidorowy 2016 (80g)	1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 2016 (250g) 4. #Polędwica z kurcząt Drobimex (50g) 5. Ogórek konserwowy (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-07 Niedziela

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. Jaja gotowane 2016 (100g) 4. #Sałata z jogurtem i rzodkiewką (100g)	1. Rosół z makaronem 2016 (350g) 2. Udko z kurczaka pieczone 2016 (160g) 3. Ziemniaki średnio (160g) 4. Buraki gotowane doprawiane 2016 (160g)	1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. Kielbaski na gorąco 2016 (100g) 4. Ketchup łagodny Pudliszki (30g) 5. Mandarynki (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-08 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Płatki kukurydziane z mlekiem 2% 2016 (350g) 2. Chleb pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 4. #Polędwica Ani (50g) 5. Sok wielowarzywny (300g)	1. Barszcz biały 2016 (350g) 2. Klopsiki drobiowe gotowane w sosie koperkowym 2016 (180g) 3. Ziemniaki średnio (160g) 4. Surówka z kapusty pekińskiej, pomidora i ogórka 2016 (160g)	1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. Jabłko (100g) 4. #Sałatka makaronowa z tuńczykiem (150g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-09 Wtorek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Makaron na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 4. Serek wiejski naturalny Łaciaty (200g) 5. Dżem truskawkowy niskosłodzony (30g)	1. Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 2016 (350g) 2. Potrawka z kurczaka RW (320g) 3. Ryż parboiled Risana (160g)	1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. Szynka wieprzowa gotowana (50g) 4. Pomidor (80g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-10 Środa

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kluski lane na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 4. Jajecznica smażona na oleju 2016 (100g) 5. Pomidor (100g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych z ziemniakami 2016 (350g) 2. Ziemniaki średnio (160g) 3. Kotlety z kurczaka saute, smażone 2016 (160g) 4. marchewka z groszkiem 2016 (160g)	1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. Szynka delikatesowa z kurczaka (50g) 4. Banan (120g) 5. Herbata miętowa (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-11 Czwartek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kasza kukurydziana na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb pszenno-żytni (100g) 3. Serek topiony śmietankowy w trójkącikach HOCHLAND (18g) 4. Kielbasa szynkowa z kurczaka (50g) 5. Mandarynki (100g) 6. Herbata rumiankowa (250g)	1. Zupa z porów z makaronem IZZ (350g) 2. Ziemniaki średnio (160g) 3. Bigos 2016 (320g)	1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. #Sałatka jarzynowa RW (160g) 4. Polędwica z piersi indyka (50g) 5. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-12 Piątek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Płatki jaglane na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 4. Salami ser żółty w plastrach Mlekpól (50g) 5. Ogórek kwaszony (100g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa grochowa 2016 (350g) 2. Miruna filety panierowane smażone 2016 (160g) 3. Ziemniaki średnio (160g) 4. #Kapusta czerwona, gotowana, zasmażana RW (160g)	1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. Pasta twarogowa z bananami 2016 (Jadłospis dekadowy 49 tydzień) (140g) 4. Sok marchwiowo-jabłkowo-pomarańczowy (300g) 5. Herbata owocowa (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja