

Raport Jadłospis dekadowy 13.01 - 22.01.2024

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2024-01-13
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%

2024-01-13 Sobota

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kiełbasa krakowska sucha (50g) 2. Sałata (20g) 3. Sok pomidorowy (300g) 4. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 5. Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 2016 (250g)	1. Kotlet mielony z mięsa mieszanego. smażony 2016 (160g) 2. Ziemniaki średnio (180g) 3. Surówka z kapusty białej 2016 (Jadłospis dekadowy 49 tydzień) (160g) 4. Zupa chrzanowa RW (350g) 5. Sok wielowarzywny (300g)	1. Kiełbasa szynkowa z indyka (50g) 2. #ogórek kiszony Kwaszarnia (100g) 3. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 4. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 5. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) 6. Serek topiony śmietankowy w trójkącikach HOCHLAND (18g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-14 Niedziela

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. Jaja gotowane 2016 (100g) 4. Pomidor (100g)	1. Rosół z makaronem 2016 (350g) 2. Ziemniaki średnio (180g) 3. Udka z kurczaka duszone 2016 (160g) 4. Sałata lodowa w sosie vinegrette 2016 (160g)	1. Chleb pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna z masłem Smakowita (15g) 3. Ogórek (100g) 4. Parówki popularne (100g) 5. Ketchup łagodny Pudliszki (20g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-15 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Makaron na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. # Polędwica Ani (50g) 5. Sałata (20g) 6. Rządkiwka (80g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. # Zupa pomidorowa z ryżem RW (350g) 2. Ziemniaki średnio (180g) 3. Wątróbka drobiowa duszona 2016 (160g) 4. Surówka z kapusty kiszanej 2016 (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (45g) 3. # Kiełbasa Podwawelska Spec (60g) 4. Banan (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-16 Wtorek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Ryż na mleku 2% tłuszczu 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. Pieczeń rzymska z mięsa mieszanego 2016 (60g) 5. Sałata (20g) 6. Pomidor (80g)	1. Krupnik jęczmienny na mięsie drobiowym 2016 (350g) 2. Spaghetti z mięsa mieszanego z sosem pieczarkowym RW (300g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Pasta jajeczna z koperkiem 2016 (120g) 4. Ogórek (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-17 Środa

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Płatki owsiane na mleku 2% tłuszczu 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. Serek puszysty naturalny Łaciaty (50g) 5. Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony (30g)	1. Zupa z soczewicy czerwonej z zacierką 2016 (350g) 2. Gołąbki z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym IŻŻ (180g) 3. Ziemniaki średnio (180g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Szynka z indyka (60g) 4. Sok pomidorowy (300g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-18 Czwartek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kasza manna na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. Jajecznica smażona na oleju 2016 (100g)	1. Zupa szczawiowa z jajkiem 2016 (350g) 2. Gulasz wieprzowy 2016 (180g) 3. Kasza gryczana (140g) 4. #ogórek kiszony RW (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. # Polędwica z kurcząt Drobimex (50g) 4. Jabłko (100g) 5. Sałata (15g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-19 Piątek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Płatki kukurydziane z mlekiem 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. # Sałatka śledziowa (120g)	1. Zupa fasolowa 2016 (350g) 2. # Łazanki RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. # Pasta twarogowa z rzodkiewkami RW (100g) 4. Banan (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-20 Sobota

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Polędwica z piersi indyka (40g) 4. Ogórek (100g) 5. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa ziemniaczana zabieleną 2016 (350g) 2. Fasolka gotowana z kiełbasą i mięsem wieprzowym 2016 (180g) 3. Ziemniaki średnio (180g) 4. Mandarynki (100g)	1. Kawa inka na mleku 2% z cukrem 2016 (250g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. # Pasta z czerwonej soczewicy RW (120g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-21 Niedziela

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Jaja saszane IŻŻ (100g) 4. Paszтет z mięsa mieszanego. pieczony 2016 (50g) 5. Sok z marchwi jabłek i owoców tropikalnych (300g)	1. # Zupa kalafiorowa z ryżem RW (350g) 2. Karkówka duszona w ziołach 2016 (160g) 3. Ziemniaki średnio (180g) 4. Surówka z marchewki i selera 2016 (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Pomidor (50g) 4. Ogórek (50g) 5. Szynka z indyka (60g) 6. Herbata rumiankowa (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

2024-01-22 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Płatki kukurydziane z mlekiem 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. Kiełbaski na gorąco 2016 (80g) 5. # Sałatka z pomidora i cebuli RW (100g)	1. Zupa pomidorowa z makaronem 2016 (Jadłospis dekadowy 50 tydzień) (350g) 2. Potrąwka z kurczaka RW (250g) 3. Ryż biały długoziarnisty Kupiec (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Szynka z piersi kurczaka (50g) 4. Jabłko (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja