

# Raport Jadłospis dekadowy 23.01 - 01.02.2024

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2024-01-23
Posiłki	1. I śniadanie 2. obiad 3. kolacja
Przypisana Grupa żywieniowa	Nazwa grupy: <b>Pacjenci</b> 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:	<b>węglowodanów:55%, białka:18%, tłuszczów:27%</b>

## 2024-01-23 Wtorek

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. #Ser żółty Gouda (50g) 5. Sałata (20g) 6. #herbata rumianek Bastek (250g)	1. Ziemniaki średnio (180g) 2. Surówka z kapusty białej 2016 (Jadłospis dekadowy 49 tydzień) (160g) 3. Filet z kurczaka w sezamie 2016 (160g) 4. Zupa jarzynowa na mięsie drobiowym 2016 (Jadłospis dekadowy 22.01 - 26.01.2024) (350g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Jaja gotowane 2016 (100g) 4. Sok wielowarzywny (300g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-01-24 Środa

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. #Mozaika z kurcząt (60g) 5. Ogórek (50g) 6. Sałata (10g) 7. Rzodkiewka (50g)	1. #Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych z ziemniakami RW (350g) 2. Udko z kurczaka duszone 2016 (180g) 3. Ziemniaki puree IZZ (180g) 4. Surówka z kapusty pekińskiej bezmleczna 2016 (Jadłospis dekadowy 50 tydzień) (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Sałatka jarzynowa RW (150g) 4. Sałata (15g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-01-25 Czwartek

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. Herbata miętowa (250g) 5. #Parówkowa Extra Kier (100g) 6. Musztarda Dijon Develey (30g) 7. Pomidor (100g)	1. Krupnik z kaszy jaglanej 2016 (350g) 2. Marchewka z groszkiem. gotowana 2016 (160g) 3. Kotlet mielony drobiowy 2016 (160g) 4. Ziemniaki średnio (180g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Szynka gotowana Kier (50g) 4. Sałata (20g) 5. Ogórek konserwowy (80g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-01-26 Piątek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kluski lane na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. #Paszet wegetariański RW (120g) 5. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa szczawiowa z jajkiem 2016 (350g) 2. Filet z ryby w panierce (200g) 3. Ziemniaki średnio (180g) 4. Surówka z kapusty kiszzonej 2016 (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Pasta twarogowa z rzodkiewkami RW (80g) 4. Mandarynki (100g) 5. Herbata rumiankowa (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-01-27 Sobota

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Ryż z musem jabłkowym i jogurtem naturalnym 2016 (250g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Salceson włoski (50g) 4. #Połędwica Ani (30g) 5. Rzodkiewka (100g)	1. Zupa chrzanowa RW (350g) 2. Spaghetti olio aglio (220g) 3. Jabłko (100g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Kiełbasa Podwawelska Spec (50g) 4. Ogórek konserwowy (80g) 5. Sałata (20g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-01-28 Niedziela

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) 4. #Pasta jajeczna z koperkiem RW (140g) 5. Sałata (20g) 6. Sok wielowarzywny (250g)	1. #Rosół z mięsa drobiowego 2016 (Jadłospis dekadowy 51 tydzień) (350g) 2. Bitki wieprzowe w jarzynach duszone 2016 (160g) 3. Ziemniaki średnio (160g) 4. Surówka z marchewki z jogurtem 2016 (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Połędwica sopocka (50g) 4. #ogórek kiszony RW (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-01-29 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kasza kukurydziana na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (30g) 4. Kiełbaski na gorąco 2016 (100g) 5. Musztarda delikatesowa Kamis (20g) 6. #Sałatka z pomidora i cebuli RW (100g)	1. Zupa brokułowa z ziemniakami 2016 (350g) 2. Wątróbka drobiowa duszona 2016 (160g) 3. Ziemniaki średnio (160g) 4. Surówka z ogórków kiszonych 2016 (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Szynka z indyka parzona (50g) 4. Banan (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-01-30 Wtorek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. #Sałatka makaronowa z tuńczykiem (120g) 5. Mandarynki (100g)	1. Zupa ziemniaczana IZZ (350g) 2. Gulasz wieprzowy 2016 (160g) 3. Kasza jęczmienna wiejska Cenosa (140g) 4. Buraczki czerwone wiórki Dawtona (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Szynkowa Extra Wróbel (50g) 4. Pomidor (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-01-31 Środa

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Ryż na mleku 2% tłuszczu 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (30g) 4. #Jajecznicza z pieczarkami RW (100g)	1. #Zupa pomidorowa z ryżem RW (350g) 2. Fasolka gotowana z kiełbasą i mięsem wieprzowym 2016 (180g) 3. Ziemniaki średnio (180g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #ogórek zielony (100g) 4. #Połędwica Ani (60g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-02-01 Czwartek

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. #Sałatka grecka RW (100g) 5. Kiełbasa szynkowa z kurczaka (50g)	1. Zupa kalafiorowa z ziemniakami 2016 (350g) 2. Gołąbki z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym IZZ (200g) 3. Ziemniaki średnio (180g) 4. Banan (100g)	1. #Filet z indykiem faszerowany JBB (60g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony (50g) 5. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) 6. Jabłko (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja