

# Raport Jadłospis dekadowy 12.02 - 21.02.2024

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2024-02-12
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>

## 2024-02-12 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> <li>Kluski lane na mleku 2% 2016 (350g)</li> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Szynkowa Extra Wróbel (50g)</li> <li>Ogórek kwaszony (160g)</li> <li>Salata (20g)</li> <li>Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Żurek domowy 2016 (350g)</li> <li>Spaghetti z mięsa mieszanego z sosem pieczarkowym RW (290g)</li> <li>#Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Kielbasa krakowska sucha (60g)</li> <li>Pomidor (50g)</li> <li>Banan (100g)</li> <li>Herbata rumiankowa 2016 (250g)</li> </ol>
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-02-13 Wtorek

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>#Mozaika z kurcząt (60g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Ogórek (80g)</li> <li>Papryka czerwona (30g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 2016 (350g)</li> <li>Potrawka z kurczaka RW (Jadłospis dekadowy 02.02 - 11.02.2024) (160g)</li> <li>Ryż biały długoziarnisty Kupiec (160g)</li> <li>#Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>#Połudwica Ani (60g)</li> <li>Jabłko (100g)</li> <li>Herbata owocowa 2016 (250g)</li> </ol>
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-02-14 Środa

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> <li>Makaron na mleku 2% 2016 (350g)</li> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Jaja gotowane 2016 (100g)</li> <li>Szczypiorek (5g)</li> <li>Salata (20g)</li> <li>Rzodkiewka (80g)</li> <li>Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Zupa pomidorowa z makaronem 2016 (Jadłospis dekadowy 50 tydzień) (350g)</li> <li>Banan (100g)</li> <li>#Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (280g)</li> <li>#Łazanki RW (220g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Pasta z makreli z koperkiem 2016 (100g)</li> <li>Pomidor (100g)</li> <li>Herbata rumiankowa (250g)</li> </ol>
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-02-15 Czwartek

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> <li>Płatki owsiane na mleku 2% tłuszczu 2016 (350g)</li> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Parówki z filetem z kurcząt Drobimex (100g)</li> <li>#musztarda miodowa Kamis (20g)</li> <li>Sok marchwiowo-jabłkowy (300g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>#Zupa jarzynowa na mięsie drobiowym RW (350g)</li> <li>Kotlet mielony z mięsa mieszanego. smażony 2016 (160g)</li> <li>Ziemniaki średnio (180g)</li> <li>Surówka z kapusty białej 2016 (160g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>#Szynka delikatesowa z kurcząt (50g)</li> </ol>
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-02-16 Piątek

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> <li>Płatki kukurydziane z mlekiem 2% 2016 (350g)</li> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>#Pasta twarogowa z rzodkiewkami RW (100g)</li> <li>Sok wielowarzywny (300g)</li> <li>#Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Barszcz ukraiński RW (350g)</li> <li>Kotlet rybny w panierce (160g)</li> <li>Ziemniaki średnio (180g)</li> <li>Surówka z kapusty kiszzonej 2016 (160g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>#Ser żółty Gouda (60g)</li> <li>#ogórek zielony (100g)</li> <li>Herbata rumiankowa 2016 (250g)</li> </ol>
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-02-17 Sobota

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Jogurt naturalny 2% tłuszczu (200g)</li> <li>Paszetowa chłopska Sokołów (60g)</li> <li>Ogórek (100g)</li> <li>Dżem brzoskwiniowy niskosłodzony (40g)</li> <li>Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>#Kapuśniak ze słodkiej kapusty RW (350g)</li> <li>Ziemniaki średnio (180g)</li> <li>Filet z piersi kurczaka duszony w ziołach bez glutenu 2016 (160g)</li> <li>Buraki gotowane doprawiane 2016 (160g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>#Szynka gotowana Kier (60g)</li> <li>Salata (20g)</li> <li>Pomidor (80g)</li> <li>#Piwna Map (50g)</li> <li>Herbata owocowa (250g)</li> </ol>
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-02-18 Niedziela

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Kawa zbożowa naturalna na mleku (250g)</li> <li>Jaja sadzone 2016 (100g)</li> <li>#Sałatka grecka RW (120g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Zupa pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym RW (350g)</li> <li>Udko z kurczaka duszone RW (160g)</li> <li>Ziemniaki średnio (180g)</li> <li>Surówka z marchewki z jogurtem 2016 (160g)</li> <li>Herbata miętowa (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Szynka wieprzowa Sokołów (50g)</li> <li>Jogurt naturalny z ziarnami zbóż Danone (200g)</li> <li>Salata (20g)</li> </ol>
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-02-19 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> <li>Kluski lane na mleku 2% 2016 (350g)</li> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Salata (20g)</li> <li>Sok wielowarzywny (300g)</li> <li>#Szynka z indyka parzona (60g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Zupa z fasoli szparagowej IŻŻ (350g)</li> <li>Gulasz wieprzowy 2016 (200g)</li> <li>Kasza jęczmienna wiejska Cenos (160g)</li> <li>Surówka z ogórków kiszonych 2016 (160g)</li> <li>#Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Szynka delikatesowa z kurczaka (50g)</li> <li>Tarta marchewka z jabłkiem 2016 (100g)</li> </ol>
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-02-20 Wtorek

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> <li>Ryż z jabłkiem RW (250g)</li> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>#Ser Edamski (60g)</li> <li>Salata (20g)</li> <li>Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Krupnik jęczmienny na mięsie drobiowym 2016 (350g)</li> <li>Medaliony drobiowe RW (160g)</li> <li>Ziemniaki średnio (180g)</li> <li>Surówka z kapusty pekińskiej bezmlecznej 50 tydzień (160g)</li> <li>#Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>Połędwica z piersi indyka (60g)</li> <li>Salceson włoski (50g)</li> <li>Ogórek (100g)</li> </ol>
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-02-21 Środa

I śniadanie	obiad	kolacja
<ol style="list-style-type: none"> <li>Kasza kukurydziana na mleku 2% 2016 (350g)</li> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>#Jajecznica z pieczarkami RW (120g)</li> <li>Rzodkiewka (80g)</li> <li>Herbata owocowa (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 2016 (350g)</li> <li>Ziemniaki średnio (180g)</li> <li>Karkówka duszona w ziołach 2016 (Jadłospis dekadowy 12.02 - 21.02.2024) (160g)</li> <li>#Carpaccio z buraka RW (160g)</li> <li>#Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g)</li> <li>Margaryna Pyszna z masłem RW (15g)</li> <li>#Szynka gotowana Kier (60g)</li> <li>#ogórek kiszony RW (100g)</li> <li>Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)</li> </ol>
I śniadanie	obiad	kolacja