

# Raport Jadłospis dekadowy 01.06- 10.06.2024

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2024-06-01
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:54%, białka:17%, tłuszczów:29%</b>

## 2024-06-01 Sobota

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Pasztetowa chłopska Sokołów (50g) 4. #Szynka delikatesowa z kurcząt (30g) 5. #Sałata z jogurtem i rzodkiewką (100g) 6. Kawa inka na mleku 2% z cukrem 2016 (250g)	1. #Zupa jarzynowa na mięsie drobiowym RW (350g) 2. Spaghetti Bolognese RW (440g) 3. Sok pomarańczowy (300g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. # Polędwica Ani (60g) 4. Sałata (20g) 5. Herbata miętowa (250g) 6. Mandarynki (65g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-02 Niedziela

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Jaja gotowane 2016 (100g) 4. Szynka wiejska (40g) 5. Pomidor (50g) 6. Ogórek (50g) 7. Herbata miętowa z cytryną 2016 (250g)	1. #Rosolnik RW (350g) 2. Udko z kurczaka duszone RW (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Surówka z marchwi, selera i jabłek RW (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Pasztet wegetariański RW (60g) 4. Sałata (20g) 5. Dżem brzoskwiinowy niskosłodzony (30g) 6. Jogurt naturalny 2% tłuszczu (200g) 7. Herbata owocowa owoce leśne SAGA (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-03 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kasza jęczmienna na mleku 2% tłuszczu 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. Serek topiony śmietankowy w trójkącikach HOCHLAND (18g) 5. Pomidor (80g) 6. Polędwica sopocka (50g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 2016 (350g) 2. #Rolada z fetą, szpinakiem i suszonymi pomidorami RW (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) 5. Buraczki czerwone z jabłkiem 2016 (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. # Szynka gotowana Kier (50g) 4. Sałata (20g) 5. Ogórek (80g) 6. #Ser Edamski (30g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-04 Wtorek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Ryż na mleku 2% tłuszczu 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Pasta jajeczno-serowa 2016 (100g) 4. Sałata (20g) 5. Mielonka wieprzowa Premium Sokołów (40g) 6. Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony (30g)	1. Barszcz ukraiński RW (350g) 2. Kurczak w sosie słodko-kwaśnym RW (160g) 3. #Ryż biały paraboiled gotowany RW (160g) 4. Surówka z młodej kapusty 2016 (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Salceson włoski (40g) 4. Szynka delikatesowa z kurczaka (40g) 5. Ogórek (60g) 6. Jabłko (100g) 7. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-05 Środa

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kasza jaglana na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. Parówki z kurczaka (100g) 5. Ketchup łagodny Pudliszki (30g) 6. Sok wielowarzywny (300g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa kalafiorowa z ziemniakami 2016 (350g) 2. Bitki wieprzowe duszone 2016 (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Sałata zielona ze śmietaną 2016 (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. # Polędwica Ani (60g) 4. Papryka czerwona (50g) 5. Ogórek konserwowy (50g) 6. Herbata rumiankowa (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-06 Czwartek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Owsianka bananowa 2016 (250g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. #Jajecznica z pomidorami RW (120g) 5. Ogórek (80g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa z młodej kapusty z koperkiem 2016 (350g) 2. #Kotlet mielony z pieczarkami RW (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Surówka z marchwi, selera i jabłek RW (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Pasta z makreli z koperkiem 2016 (120g) 4. Mandarynki (65g) 5. Herbata owocowa 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-07 Piątek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kasza jaglana na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. #Pasta twarogowa z ogórkiem i czosnkiem RW (80g) 5. Pomidor (80g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa grochowa 2016 (350g) 2. Kotlet rybny w panierce (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Surówka z kapusty kwaszonej z ogórkiem 2016 (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Ser Edamski (60g) 4. Sok marchwiowo-jabłkowy (300g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-08 Sobota

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Szynka konserwowa drobiowa Morliny (50g) 4. Jogurt naturalny z ziarnami zbóż Danone (200g) 5. Sałata (20g) 6. Pomidor (80g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. #Zupa pieczarkowa RW (350g) 2. Kiełbaska pieczona (160g) 3. Kopytka ze szpinakiem 2016 (160g) 4. Kapusta młoda duszona RW (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Pasztet francuski Classic Drobimex (60g) 4. Szynka z piersi kurczaka (30g) 5. #ogórek kiszony RW (50g) 6. Papryka czerwona (50g) 7. Herbata miętowa (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-09 Niedziela

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kawa zbożowa naturalna na mleku (250g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. Jaja gotowane 2016 (100g) 5. Majonez dekoracyjny WINIARY (30g) 6. #Sałatka z pomidora i cebuli RW (100g) 7. Herbata z kopru włoskiego (250g)	1. Rosół z makaronem 2016 (350g) 2. Kotlety z kurczaka w puszystej panierce 2016 KOPIA (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Mizeria z jogurtem 2016 (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Szynka wiejska (60g) 4. Sałata (20g) 5. Banan (120g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-10 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. Kiełbasa żywiecka (60g) 5. Miks sałat z mozzarellą i oliwą z oliwek (100g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Barszcz biały na kurczaku 2016 (350g) 2. #Pulpety w sosie pomidorowym RW (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Buraki gotowane doprawiane 2016 (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Sałatka fasolowa RW (150g) 4. Jabłko (100g) 5. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja