

# Raport Jadłospis dekadowy 11.06 - 20.06.2024

Ile dni	10
termin rozpoczęcia	2024-06-11
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>

## 2024-06-11 Wtorek

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. Pasta mięsna RW (100g) 5. Sałata (20g) 6. #ogórek kiszony RW (80g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. #Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych z ziemniakami RW (350g) 2. Potrawka z kurczaka RW (280g) 3. #Ryz biały paraboiled gotowany RW (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Ser żółty Gouda (50g) 4. Pomidor (80g) 5. Herbata rumiankowa (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-12 Środa

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Płatki kukurydziane z mlekiem 2% 2016 (350g) 2. #Jajecznica z pomidorami RW (100g) 3. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 4. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 5. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Krupnik jęczmienny na mięsie drobiowym 2016 (350g) 2. Gołąbki siekane 2016 (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. #Szynka delikatesowa z kurcząt (50g) 4. Kefir 2% tłuszczu (250g) 5. Jabłko (100g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-13 Czwartek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Płatki ryżowe błyskawiczne na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Kiełbaska pieczona z cebulką 2016 (100g) 4. Sałata zielona z pomidorem i oliwą z oliwek RW (100g) 5. Musztarda bawarska Develey (30g) 6. Herbata owocowa 2016 (250g)	1. Żurek z ziemniakami 2016 (350g) 2. Spaghetti Bolognese RW (250g) 3. Banan (100g) 4. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Sałatka śledziowa (100g) 4. Ogórek konserwowy (80g) 5. Herbata rumiankowa 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-14 Piątek

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. #Sałatka grecka RW (120g) 5. #Ser żółty Gouda (30g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa fasolowa RW (350g) 2. Śledź w śmietanie RW (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) 5. Sok marchwiowo-jabłkowy (300g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Pasta z czerwonej soczewicy RW (60g) 4. Herbata owocowa 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-15 Sobota

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kakao naturalne na mleku 2% z cukrem 2016 (250g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. Szynkowa Extra Wróbel (50g) 5. Pomidor (70g) 6. Dżem brzoskwinowy niskosłodzony (30g) 7. Herbata owocowa 2016 (250g)	1. Zupa ziemniaczana IZZ (350g) 2. Kaszotto z kurczakiem RW (400g) 3. Banan (100g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Salceson włoski (60g) 4. #Poledwica Ani (60g) 5. Sałatka fasolowa RW (120g) 6. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-16 Niedziela

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Kawa inka na mleku 2% z cukrem 2016 (250g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. #Sałatka z jajka z majonezem RW (120g) 5. Herbata miętowa z cytryną 2016 (250g)	1. #Rosolnik RW (350g) 2. Kotlet schabowy panierowany, smażony 2016 (Jadłospis dekadowy 49 tydzień) (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Surówka z kapusty pekińskiej (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Szynka gotowana Kier (50g) 4. #Szynka delikatesowa z kurcząt (20g) 5. Herbata owocowa 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-17 Poniedziałek

I śniadanie	obiad	kolacja
1. Płatki jęczmienne na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. #Kiełbaska gotowana RW (100g) 5. Sałata zielona z pomidorem i oliwą z oliwek RW (100g) 6. Ketchup łagodny Heinz (30g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa pomidorowa z makaronem 2016 (Jadłospis dekadowy 50 tydzień) (350g) 2. Wątróbka drobiowa duszona 2016 (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. #ogórek kiszony RW (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Twarożek grani ze szczypiorkiem, rzodkiewką i ogórkiem 2016 (250g) 4. Jabłko (100g) 5. Herbata owocowa 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-18 Wtorek

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. Szynka konserwowa drobiowa Morliny (50g) 5. #Kiełbasa Podwawelska Spec (20g) 6. Ogórek (80g) 7. #Sałata lodowa w sosie vinegrette RW (20g)	1. #Zupa jarzynowa na mięsie drobiowym RW (350g) 2. Udko z kurczaka duszone RW (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Mizeria 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. #Pasta twarogowa z rzodkiewkami RW (120g) 4. Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony (40g) 5. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-19 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. Jajecznica z cukinią RW (120g) 5. Serek topiony śmietankowy w trójkącikach HOCHLAND (18g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa szczawiowa z jajkiem 2016 (350g) 2. Kotlet mielony z mięsa mieszanego, smażony 2016 (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Marchewka z ziemniakiem, gotowana 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 z indyka parzona (60g) 4. Sałata (20g) 5. Szynka wieprzowa Sokołów (20g) 6. Sok wielowarzywny (300g)
I śniadanie	obiad	kolacja

## 2024-06-20 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. Miks sałat z mozzarellą i oliwą z oliwek (100g) 5. Parówki z kurczaka (100g) 6. Herbata rumiankowa 2016 (250g)	1. Zupa kalafiorowa z ziemniakami 2016 (350g) 2. #Potrawka z kurczaka RW (220g) 3. #Ryz biały paraboiled gotowany RW (160g) 4. Jabłko (100g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Ser Edamski (50g) 4. Papryka czerwona (50g) 5. Ogórek konserwowy (50g) 6. Herbata owocowa 2016 (250g)
I śniadanie	obiad	kolacja