

Raport Jadłospis dekadowy 05.07 - 18.07.24

| | |
|--|--|
| Ile dni | 14 |
| termin rozpoczęcia | 2024-07-05 |
| 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:54%, białka:17%, tłuszczów:29% |

2024-07-05 Piątek

| 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. #Salatka makaronowa z tuńczykiem (120g) 5. Dżem z czarnych porzeczek niskosłodzony (30g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. Barszcz ukraiński RW (350g) 2. #Jajka w sosie musztardowo-chrzanowym RW (Jadłospis dekadowy 21.06 - 30.06.2024) (160g) 3. Ziemniaki wczesne (160g) 4. #Kapusta czerwona, gotowana, zasmażana RW (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Sok wielowarzywny (300g) 4. Herbata rumiankowa 2016 (250g) 5. #Ser żółty Gouda (50g) 6. Sałata (20g) |

2024-07-06 Sobota

| 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. Mielonka wieprzowa Premium Sokołów (60g) 5. #ogórek kiszony RW (100g) 6. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) | 1. Zupa chrzanowa RW (350g) 2. #Pulpety w sosie pomidorowym 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. Szynekowa Extra Wróbel (50g) 4. Salceson włoski (50g) 5. Banan (150g) 6. Herbata owocowa 2016 (250g) |

2024-07-07 Niedziela

| 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. Jaja gotowane 2016 (100g) 5. Sałata zielona z pomidorem i oliwą z oliwek RW (100g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. #Rosół z mięsa drobiowego 2016 (Jadłospis dekadowy 51 tydzień) (350g) 2. Kotlety z kurczaka panierowane, smażone 2016 (160g) 3. Ziemniaki wczesne (160g) 4. #Carpaccio z buraka RW (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Polędwica sopocka Sokołów (60g) 4. Roszponka warzywna (20g) 5. Jabłko (100g) 6. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) |

2024-07-08 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. Szynek z piersi kurczaka (60g) 5. Kielbasa krakowska sucha (30g) 6. Pomidor (100g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. Zupa z botwiną 2016 (350g) 2. Gołąbki z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym i ŻŻ (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Kefir 2% tłuszczu (250g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Sałatka fasolowa RW (150g) 4. Sok marchwiowo-jabłkowy (300g) |

2024-07-09 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. Kielbaska pieczona (100g) 5. Musztarda bawarska Develey (30g) 6. #Sałata z jogurtem i rzodkiewką (100g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. #Zupa pomidorowa z ryżem RW (350g) 2. Żołądki drobiowe gotowane w sosie 2016 (160g) 3. Kasza pęczak gotowana RW (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. Polędwica z indyka (60g) 4. Ogórek (50g) 5. Papryka czerwona (50g) 6. Herbata rumiankowa 2016 (250g) |

2024-07-10 Środa

| 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. Jajecznicza z cukinią RW (150g) 5. Jabłko (100g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. Barszcz biały na kurczaku 2016 (350g) 2. Spaghetti z mięsa mieszanego z sosem pieczarkowym RW (160g) 3. #Sałata lodowa w sosie vinegrette RW (160g) 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. Szynek konserwowa drobiowa Morliny (40g) 5. Pomidor (100g) 6. Herbata rumiankowa 2016 (250g) |

2024-07-11 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. #Ser Edamski (60g) 5. Sałata (20g) 6. Pomidor (80g) 7. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) | 1. Zupa ziemniaczana zabieleną 2016 (350g) 2. Kotlety z kurczaka w puszystej panierce 2016 KOPIA (160g) 3. Ziemniaki późne (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. Polędwica sopocka Sokołów (60g) 4. Pasztet francuski Classic Drobimex (50g) 5. Banan (120g) 6. Herbata rumiankowa 2016 (250g) |

2024-07-12 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 (100g) 5. Pomidor (80g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. Zupa grochowa 2016 (350g) 2. Ryba w panierce sezamowej 2016 (160g) 3. Ziemniaki późne (160g) 4. Surówka z kapusty kiszony 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 jarzynowa RW (120g) 4. Sałata (20g) 5. Herbata owocowa 2016 (250g) |

2024-07-13 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. Parówki Berlinski Classic Morliny (100g) 5. Ketchup łagodny Kotlin (30g) 6. Pomidor (70g) 7. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) | 1. Krupnik jęczmienny na mięsie drobiowym 2016 (350g) 2. Kotlet mielony z mięsa mieszanego, smażony 2016 (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. Serek wiejski naturalny Piątница (200g) 4. Ogórek (100g) 5. Herbata miętowa (250g) |

2024-07-14 Niedziela

| I śniadanie | obiad | kolacja |
|--|---|--|
| 1. #budyń śmietankowy Winiary (200g) 2. Owocowa Spiżarnia Malina z kwiatem lipy Syrop owocowy Herbapol (15g) 3. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 4. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 5. Jaja gotowane 2016 (100g) 6. Majonez dekoracyjny WINIARY (30g) 7. Papryka czerwona (80g) 8. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) | 1. #Rosolnik RW (350g) 2. Kotlet schabowy panierowany, smażony 2016 (Jadłospis dekadowy 49 tydzień) (160g) 3. Sałata zielona ze śmietaną 2016 (160g) 4. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Szynek wieprzowa Sokołów (60g) 4. Sałata (20g) 5. Sok wielowarzywny (300g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) |

2024-07-15 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. Kielbasa żywiecka (50g) 5. Mięsa sałata z fetą i oliwą z oliwek (100g) 6. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) | 1. Zupa pomidorowa z makaronem 2016 (Jadłospis dekadowy 50 tydzień) (350g) 2. Wątróbka drobiowa duszona 2016 (160g) 3. Ziemniaki wczesne (160g) 4. Surówka z kapusty białej 2016 (Jadłospis dekadowy 49 tydzień) (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Szynekowa Extra Wróbel (60g) 4. Banan (120g) 5. Herbata rumiankowa 2016 (250g) |

2024-07-16 Wtorek

| 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. #Sałatka z pomidora i cebuli RW (100g) 5. Pasztet drobiowy podlaski DROSED (50g) | 1. #Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych z ziemniakami RW (350g) 2. #Potrawka z kurczaka RW (280g) 3. #Ryż biały paraboiled gotowany RW (160g) 4. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Serek puszysty naturalny Łaciaty (100g) 3. Pomidor (100g) 4. Herbata miętowa z cytryną 2016 (250g) |

2024-07-17 Środa

| I śniadanie | obiad | kolacja |
|--|--|---|
| 1. Ryż na mleku 2% tłuszczu 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. #Jajecznicza z pomidorami i szynką RW (150g) 4. #ogórek zielony (50g) 5. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. Zupa pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym RW (350g) 2. Bitki wieprzowe duszone 2016 (160g) 3. Ziemniaki wczesne (160g) 4. Surówka z kapusty pekińskiej RW (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Kielbasa śląska (50g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. #Polędwica z kurcząt Drobimex (40g) 5. Sałata (20g) 6. #ogórek kiszony RW (80g) 7. Herbata rumiankowa 2016 (250g) |

2024-07-18 Czwartek

| 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. #Parówkowa Extra Kier (100g) 5. Musztarda bawarska Develey (30g) 6. Ogórek konserwowy (100g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. #Zupa kalafiorowa RW (350g) 2. Pieczeń rzymska z mięsa mieszanego 2016 (160g) 3. Ziemniaki wczesne (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. #Ser żółty Gouda (50g) 4. Rukola (15g) 5. Pomidor (80g) 6. Herbata owocowa 2016 (250g) |