

Raport Jadłospis czternastodniowy 27.09-11.10

| | |
|--|--|
| Ile dni | 14 |
| termin rozpoczęcia | 2024-09-27 |
| 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% |

2024-09-27 Piątek

| 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. #Pasta jajeczna z koperkiem RW (120g) 5. Ogórek (100g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. Zupa fasolowa Rw (350g) 2. Kotlet rybny w panierce (160g) 3. Ziemniaki wczesne (160g) 4. Surówka z kapusty białej 2016 (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Sok marchwiowo-jabłkowo-pomarańczowy (300g) 4. Herbata rumiankowa 2016 (250g) 5. Sałatka z tyrczykiem i makaronem (120g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-09-28 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. # Szynka gotowana Kier (80g) 5. #ogórek kiszony RW (100g) 6. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) | 1. Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 2016 (350g) 2. #Pulpety w sosie pomidorowym RW (160g) 3. Ziemniaki wczesne (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. Szynkowa Extra Wróbel (50g) 4. # Połędwica z kurcząt Drobimex (50g) 5. Banan (120g) 6. Herbata owocowa 2016 (250g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-09-29 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. Udko z kurczaka duszone RW (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. Połędwica sopočka Sokołów (40g) 4. Pasztet pieczony (40g) 5. Jabłko (100g) 6. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-09-30 Poniedziałek

| I śniadanie | obiad | kolacja |
|--|---|--|
| 1. Płatki jęczmieńne na mleku 2% 2016 (350g) 2. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 3. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 4. Szynka z piersi kurczaka (60g) 5. Kiełbasa krakowska sucha (30g) 6. Pomidor (100g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. Zupa brokułowa z ziemniakami 2016 (350g) 2. #Gołąbki z mięsem i ryżem RW (200g) 3. Ziemniaki wczesne (180g) 4. Banan (120g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Sałatka fasolowa RW (150g) 4. Sok marchwiowo-jabłkowy (300g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-10-01 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. Kiełbaska pieczona (100g) 5. Musztarda bawarska Develey (30g) 6. #Sałata z jogurtem i rzodkiewką (100g) 7. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. #Kapuśniak ze słodkiej kapusty RW (350g) 2. Medaliony drobiowe RW (160g) 3. Ziemniaki średnio (180g) 4. Surówka z ogórków kiszonych rw (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. Ogórek (50g) 5. Papryka czerwona (50g) 6. Herbata rumiankowa 2016 (250g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-10-02 Środa

| 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. Jajecznicza z cukinią RW (150g) 5. Jabłko (100g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) | 1. Zupa szczawiowa z jajkiem (350g) 2. Spaghetti Bolognese RW (300g) 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. Szynka konserwowa drobiowa Morliny (40g) 5. Pomidor (100g) 6. Herbata rumiankowa 2016 (250g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-10-03 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 pieczarkowa z zacierką 2016 (350g) 2. #Kurczak w sosie curry RW (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. Połędwica sopočka Sokołów (60g) 4. Pasztet francuski Classic Drobimex (50g) 5. Banan (120g) 6. Herbata rumiankowa 2016 (250g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-10-04 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. Barszcz ukraiński RW (350g) 2. Kluski leniwe z serem białym i cynamonem 2016 (300g) 3. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) 4. Banan (120g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Pasta z makreli RW (120g) 4. Sałata (20g) 5. Herbata owocowa 2016 (250g) 6. Jabłko (100g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-10-05 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 Berlinki Classic Morliny (100g) 5. Ketchup łagodny Kotlin (30g) 6. Pomidor (70g) 7. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) | 1. Krupnik jęczmieńny na mięsie drobiowym 2016 (350g) 2. Kotlet mielony drobiowy 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 Piątnica (200g) 4. Ogórek (100g) 5. Herbata miętowa (250g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-10-06 Niedziela

| I śniadanie | obiad | kolacja |
|--|---|---|
| 1. #budyń śmietankowy Winiary (0g) 2. Owocowa Spizarnia 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. Papryka czerwona (80g) 7. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) | 1. #Rosolnik RW (350g) 2. Filet z piersi kurczaka smażony 2016 (160g) 3. Ziemniaki średnio (160g) 4. Surówka z kapusty z jabłkiem i ogórkiem rw (160g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Szynka wieprzowa Sokołów (60g) 4. Sałata (20g) 5. Sok wielowarzony (300g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-10-07 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 (50g) 5. Miks sałat 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. Szynkowa Extra Wróbel (60g) 4. Banan (120g) 5. Herbata rumiankowa 2016 (250g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-10-08 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 ogórka RW (100g) 5. Pasztet drobiowy podlaski DROSEJ (50g) | 1. #Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych z ziemniakami RW (350g) 2. #Potrawka z kurczaka RW (280g) 3. #Ryż biały paraboloid 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) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-10-09 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. Mielonka wieprzowa Premium Sokołów (50g) 5. Papryka czerwona (100g) 6. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g) 7. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) | 1. #Zupa jarzynowa na mięsie drobiowym (350g) 2. Gulasz wieprzowy 2016 (180g) 3. Surówka z kapusty gotowana RW (170g) 4. Surówka z ogórków kiszonych rw (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g) | 1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. # Połędwica z kurcząt Drobimex (40g) 4. #Sałatka jarzynowa RW (150g) 5. Herbata rumiankowa 2016 (250g) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |

2024-10-10 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 z kurczaka 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) |
| I śniadanie | obiad | kolacja |