

Jadłospis czternastodniowy 11.10-24.10.2024

Ile dni	14
termin rozpoczęcia	2024-10-11
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:	2000 Kcal
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%

2024-10-11 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 tyńczykiem i makaronem (120g)

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

2024-10-12 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. # Szyunka 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. 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. Szyunka Extra Wróbel (50g) 4. # Polędwica z kurcząt Drobimex (50g) 5. Banan (120g) 6. Herbata owocowa 2016 (250g)

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

2024-10-13 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. Surówka z marchwi, selera i jabłek 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. Polędwica sopocka Sokołów (40g) 4. Pasztet pieczony (40g) 5. Jabłko (100g) 6. Herbata czarna z cukrem i cytryną 2016 (250g)

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

2024-10-14 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. Szyunka z piersi kurczaka (60g) 5. Kielbasa 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
-------------	-------	---------

2024-10-15 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 Develley (30g) 6. Ogórek konserwowy (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 kapusty czerwonej z jabłkiem i ogórkiem rw (160g) 5. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. #Szyunka z indyka parzona (60g) 4. Ogórek (50g) 5. Papryka czerwona (50g) 6. Herbata rumiankowa 2016 (250g)

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

2024-10-16 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. Sok wielowarzywny (300g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Zupa szczawiowa z jajkiem (350g) 2. Spaghetti Bolognese RW (300g) 3. Jabłko (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. Szyunka konserwowa drobiowa Morliny (40g) 5. Pomidor (100g) 6. Herbata rumiankowa 2016 (250g)

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

2024-10-17 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. #ogórek kiszony RW (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. Polędwica sopocka Sokołów (60g) 4. Pasztet francuski Classic Drobimex (50g) 5. Banan (120g) 6. Herbata rumiankowa 2016 (250g)

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

2024-10-18 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. Omlęt biszkoptowy ze szpinakiem, pomidorem i pieczarkami RW (200g) 5. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. Barszcz ukraiński RW (350g) 2. #Makaron z twarogiem, truskawkami i śmietaną RW (300g) 3. #Woda naturalnie mineralna niegazowana Perła RW (250g)	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
-------------	-------	---------

2024-10-19 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 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 Piątница (200g) 4. Ogórek (100g) 5. Herbata miętowa (250g)

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

2024-10-20 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 czerwonej z jabłkiem i ogórkiem rw (160g)	1. Chleb Myśliborski pszenno-żytni (100g) 2. Margaryna Pyszna z masłem RW (15g) 3. Szyunka wieprzowa Sokołów (60g) 4. Sałata (20g) 5. Sok wielowarzywny (300g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

2024-10-21 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. 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. Szyunka Extra Wróbel (60g) 4. Banan (120g) 5. Herbata rumiankowa 2016 (250g)

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

2024-10-22 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 DROSED (50g) 6. Herbata czarna bez cukru 2016 (250g)	1. #Zupa ogórkowa z ogórków kwaszonych z ziemniakami RW (350g) 2. #Potrawka z kurczaka RW (280g) 3. #Ryż biały parabolled 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
-------------	-------	---------

2024-10-23 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 RW (350g) 2. Gulasz wieprzowy 2016 (180g) 3. Kasza pęczak 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. # Polędwica z kurcząt Drobimex (40g) 4. #Sałatka jarzynowa RW (150g) 5. Herbata rumiankowa 2016 (250g)

I śniadanie	obiad	kolacja
-------------	-------	---------

2024-10-24 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. Pasta z wędliny 2016 (100g) 5. Ogórek konserwowy (100g) 6. Herbata czarna bez cukru (250g)	1. #Zupa kalafiorowa RW (350g) 2. Pieczeń rzymska z mięsa mieszanego 2016 (160g) 3. Ziemniaki wczesne (160g) 4. Buraki gotowane poprawiane 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
-------------	-------	---------

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał), orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistajowy, orzech makadamia, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutięnek siarki i siarczyny, lubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.