

01.03.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Makaron na mleku (I,II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Makaron na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Makaron bezjajeczny	25g
Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego	
Ser twarogowy	50g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Pietruszka, liście	2g
-	
Ogórek zielony	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa grysikowa (I,III), Ryba (smażenie) (I,IV,V), Sałatka z kapusty białej, Ziemniaki (gotowane) (II), Kompot	
Zupa grysikowa	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Kapusta włoska	10g
Kasza manna	20g
Sól dodana [g]	1g
Ryba smażona	
Morszczuk, świeży	130g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Olej rzepakowy	20g
Jaja kurze całe	10g
Bułka tarta	30g
Sałatka z kapusty białej	
Kapusta biała	100g
Marchew	50g
Olej rzepakowy	5g
Ziemniaki	
Ziemniaki	350g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Jabłko	50g
Kolacja: Racuchy z jabłkami (smażenie) (I,II,IV), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Racuchy z jabłkami	
Mąka pszenna	70g
Jaja kurze całe	10g

Olej rzepakowy	15g
Jabłko	80g
Drożdże	10g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	50g
-	
Ogórek zielony	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z rzodkiewką (I)	
Kanapka z rzodkiewką	
Rzodkiewka	40g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2240,93
Białko [g]	89,04
Tłuszcze [g]	75,29
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	19,98
Węglowodany ogółem [g]	315,31
Błonnik [g]	31,91
Glukoza [g]	8,83
Fruktoza [g]	12,78
Sacharoza [g]	9,29
Laktoza [g]	14,36
Sód [mg]	1356,60
Sól dodana [g]	2g
Mieszanka przypraw w zmiennych proporcjach.	
Zawartość soli wynika również z obecności naturalnie występującego sodu.	
Monitoring potraw przeprowadza dietetyk na miejscu i dokumentuje w "Arkuszu oceny organoleptycznej posiłków", który znajduje się w Sekcji Żywności SP ZOZ Myślenice.	
Pełny skład serwowanych potraw łącznie z występującymi alergenami znajduje się u Kierownika Sekcji Żywności.	
Alergeny /legenda/: I. gluten, II. mleko i produkty pochodne, III. seler, IV. jaja, V. ryby, VI. gorczyca, VII. soja, VIII. sezam, IX. orzechy, X. łubin, XI. dwutlenek siarki i siarczany, XII. mięczaki, XIII. skorupiaki	

Dieta podstawowa - kolacja + II kolacja

