

20.03.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Makaron na mleku (I,II), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (IV), Jabłko, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Makaron na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Makaron bezjajeczny	25g
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem	
Jaja kurze całe	70g
Majonez domowy z olejem rzepakowym	15g
Szczypiorek	2g
-	
Jabłko	150g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa grysikowa (I,III), Schab duszony z jarzynami (I,II,III), Surówka z kapusty pekińskiej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa grysikowa	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Kapusta włoska	10g
Kasza manna	35g
Sól	1g
Schab duszony z jarzynami	
Wieprzowina, schab surowy bez kości	120g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Jogurt naturalny	20g
Surówka z kapusty pekińskiej	
Kapusta pekińska	100g
Ogórek	20g
Pomidor	20g
Jabłko	20g
Por	10g
Olej rzepakowy	10g
Pietruszka, liście	2g
Ziemniaki	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól	1g
Kompot	
Jabłko	50g

Kolacja: Ser topiony (I,II), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Ser topiony	17,5g
Pomidor	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Herbata	1g
II Kolacja: Kisiel z jabłkiem	
Kisiel z jabłkiem	
Kisiel owocowy	10g
Jabłko	20g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2014,08
Białko [g]	84,21
Tłuszcze [g]	67,10
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,76
Węglowodany ogółem [g]	281,59
Błonnik [g]	29,93
Glukoza [g]	8,06
Fruktoza [g]	16,25
Sacharoza [g]	18,06
Laktoza [g]	11,28
Sód [mg]	1444,72
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 Żywienia SP ZOZ Myślenice.	
Pełny skład serwowanych potraw łącznie z występującymi alergenami znajduje się u Kierownika Sekcji Żywienia.	
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

