

04.04.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Kasza manna na mleku (I,II), Kiełbasa żywiecka (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Kasza manna na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza manna	25g
-	
Kiełbasa żywiecka	40g
Chrzan z kefirem	
Chrzan	20g
Jabłko	10g
Kefir	5g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem (I,II,III,IV), Gulasz mięsny (duszenie) (I), Sałata zielona z kefirem (II), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa pieczarkowa z makaronem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna	10g
Pieczarka uprawna, świeża	50g
Makaron	25g
Sól dodana [g]	1g
Gulasz mięsny	
Mięso drobiowe gulaszowe	120g
Cebula	10g
Olej rzepakowy	15g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Jogurt naturalny	10g
Mąka pszenna	10g
Sałata zielona z kefirem	
Sałata zielona	50g
Kefir	10g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Paszтет z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Kiwi, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	

Pasztet z drobiu	40g
Kiwi	70g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczycwo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kefir z musli (I,II)	
Kefir z musli	
Kefir	200g
Płatki owsiane	5g
Płatki kukurydziane	10g
Rodzynki, suszone	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2122,50
Białko [g]	100,38
Tłuszcze [g]	63,92
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,51
Węglowodany ogółem [g]	317,17
Błonnik [g]	28,67
Glukoza [g]	5,82
Fruktoza [g]	5,85
Sacharoza [g]	8,95
Laktoza [g]	28,48
Sód [mg]	1989,72
Sól dodana [g]	2,00
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 - obiad

