

08.04.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Owsianka na mleku (I,II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Owsianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Płatki owsiane	20g
Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego	
Ser twarogowy	50g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Pietruszka, liście	2g
-	
Papryka	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa koperkowa z ryżem (I,II,III), Łazanki z mięsem i kapustą (duszenie) (I,II,IV), Sałata zielona z kefirem (II), Kompot	
Zupa koperkowa z ryżem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Koper ogrodowy	5g
Ryż biały	25g
Sól dodana [g]	1g
Łazanki z mięsem i kapustą	
Makaron czterojajeczny	100g
Kiełbasa parzona	40g
Boczek wędzony bez kości	20g
Cebula	20g
Olej rzepakowy	20g
Kapusta biała	200g
Pietruszka zielona	5g
Sól dodana [g]	1g
Sałata zielona z kefirem	
Sałata	15g
Kefir 2%tłuszczu	10g
Kompot	
Jabłko	50g
Kolacja: Paszтет z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Jabłko, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Paszтет z drobiu	40g
-	
Jabłko	150g

Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z ogórkiem (I)	
Ogórek	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2104,68
Białko [g]	77,56
Tłuszcze [g]	71,95
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	20,14
Węglowodany ogółem [g]	300,73
Błonnik [g]	30,22
Glukoza [g]	10,48
Fruktoza [g]	16,79
Sacharoza [g]	9,70
Laktoza [g]	12,14
Sód [mg]	1908,35
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 - kolacja + II kolacja

