

09.04.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Kasza manna na mleku (I,II), Kiełbasa kminkowa (I, VII), Chrzan z kefirem (II), Masło, Pieczywo mieszane, Herbata z cytryną	
Kasza manna na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza manna	25g
Chrzan z kefirem	
Chrzan	20g
Jabłko	10g
Kefir	5g
Kiełbasa kminkowa	40g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna zwykła	50g
Herbata	1g
Obiad: Krupnik (I,II,III), Ryba po grecku (duszenie) (I,II,III,V), Sałatka z buraków i fasolki czerwonej, Ziemniaki koperkiem (II), Kompot	
Krupnik	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	30g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Kasza jęczmienna, perłowa	30g
Sól dodana [g]	1g
Ryba po grecku	
Morszczuk, świeży	150g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Olej rzepakowy	20g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	20g
Seler korzeniowy	20g
Margaryna mleczna	5g
Skrobia ziemniaczana	5g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Sól dodana [g]	1g
Sałatka z buraków i fasolki czerwonej	
Burak	80g
Fasolka flageolet, konserwowa	20g
Jabłko	40g
Olej rzepakowy	5g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki, średnio	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Kompot	
Mieszanka owocowa, mrożona	15g
Kolacja: Ser topiony (II), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Ser topiony	17,5g
Pomidor	50g

Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczyczo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Mus z jabłek	
Mus z jabłek	
Jabłko	150g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2085,36
Białko [g]	84,04
Tłuszcze [g]	68,50
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,45
Węglowodany ogółem [g]	300,80
Błonnik [g]	34,27
Glukoza [g]	7,66
Fruktoza [g]	14,33
Sacharoza [g]	17,87
Laktoza [g]	11,56
Sód [mg]	1725,65
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. lubin, XI. dwutlenek siarki i siarczany, XII. mięczaki, XIII. skorupiaki	

Dieta podstawowa - obiad

