

18.04.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Owsianka na mleku (I,II), Twaróg z koperkiem (II), Papryka , Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Owsianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Płatki owsiane	20g
Twaróg z koperkiem	
Ser twarogowy	50g
Koperek zielony	10g
-	
Papryka	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Rosół z makaronem (I,II,IV), Stek smażony z cebulką (I,II,III,IV), Marchew oprószana (I,II) , Ziemniaki z koperkiem (II),Kompot	
Rosół z makaronem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Cebula	10g
Kapusta włoska	10g
Makaron	30g
Sól dodana [g]	1g
Stek z cebulką	
Wieprzowina-łopatka	100g
Bułki wrocławskie	10g
Jaja kurze całe	10g
Cebula	20g
Olej rzepakowy	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Marchew oprószana	
Marchew	150g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Margaryna mleczna	5g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa, mrożona	15g
Kolacja: Parówka wieprzowa (I,II,III,VI,VII), Ketchup, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Parówka wieprzowa	50g
Ketchup	15g

Sałata zielona	15g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z pomidorem (I)	
Kanapka z pomidorem	
Pomidor	40g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2109,65
Białko [g]	89,86
Tłuszcze [g]	71,35
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	24,44
Węglowodany ogółem [g]	293,28
Błonnik [g]	32,85
Glukoza [g]	6,40
Fruktoza [g]	6,24
Sacharoza [g]	10,58
Laktoza [g]	13,11
Sód [mg]	1940,37
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 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 - obiad

