

30.04.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Owsianka na mleku (I,II), Pasztet drobiowy (I,II,III,IV,VI,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Owsianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Płatki owsiane	20g
-	
Pasztet z drobiu	40g
Pomidor	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata z cytryną	1g
Obiad: Zupa grysikowa (I,III), Kurczak pieczony, Sałatka z kapusty białej, Ziemniaki z koperkiem (gotowanie) (II), Kompot	
Zupa grysikowa	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Kapusta włoska	10g
Kasza manna	40g
Sól dodana [g]	1g
Kurczak pieczony	
Kurczak, bez skóry	240g
Olej rzepakowy	5g
Sałatka z kapusty białej	
Kapusta biała	100g
Marchew	50g
Olej rzepakowy	5g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze 2% tłuszczu	20g
Koperek świeży	10g
Sól	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Pasta z ryby gotowanej (V), Marmolada, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Pasta z ryby gotowanej	
Morszczuk, świeży	80g
Olej rzepakowy	5g
Pietruszka zielona	2g
-	
Marmolada	15g
Masło extra, 83 % tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata z cytryną	1g

II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	30g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2115,53
Białko [g]	113,01
Tłuszcze [g]	68,99
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	22,02
Węglowodany ogółem [g]	275,04
Błonnik [g]	29,21
Glukoza [g]	6,99
Fruktoza [g]	6,66
Sacharoza [g]	8,18
Laktoza [g]	12,53
Sód [mg]	1875,30
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

