

01.05.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Pasta z twarogu i wędliny	
Ser twarogowy	40g
Wędlina chuda	15g
Pietruszka, liście	2g
-	
Sałata zielona	15g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa kalafiorowa z ziemniakami (I,II,III), Zraz drobiowy (duszenie) (I,II,IV), Sałatka z fasolki szparagowej i papryki, Kasza jęczmienna (I), Kompot	
Zupa kalafiorowa z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Kalafior	20g
Ziemniaki, średnio	200g
Sól dodana [g]	1g
Zraz drobiowy	
Mięso z piersi kurczaka	150g
Bułki wrocławskie	20g
Jaja kurze całe	10g
Olej rzepakowy	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Mąka pszenna, typ 500	5g
Sól dodana [g]	1g
Sałatka z fasolki szparagowej i papryki	
Fasolka szparagowa, mrożona	80g
Papryka czerwona	20g
Cebula	20g
Olej rzepakowy	5g
Kasza jęczmienna	
Kasza jęczmienna, perłowa	100g
Olej rzepakowy	5g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Jabłko	50g
Kolacja: Sałatka jarzynowa (I,III,IV,VI), Szyunka wieprzowa (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Sałatka jarzynowa	
Ziemniaki, średnio	100g

Marchew	100g
Pietruszka, korzeń	25g
Seler	25g
Ogórki, konserwowe	20g
Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	15g
Jabłko	20g
Majonez domowy z olejem rzepakowym	15g
Musztarda	5g
Pietruszka, liście	2g
-	
Szynka wieprzowa	30g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z rzodkiewką (I)	
Rzodkiewka	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2132,21
Białko [g]	93,15
Tłuszcze [g]	68,56
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	19,79
Węglowodany ogółem [g]	302,50
Błonnik [g]	36,44
Glukoza [g]	6,24
Fruktoza [g]	8,38
Sacharoza [g]	12,85
Laktoza [g]	2,44
Sód [mg]	1757,88
Sól dodana [g]	3,00
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	