

02.05.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Kiełbasa kminkowa (I, VII), Chrzan z kefirem (II), Masło, Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Kasza jęczmienna na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza jęczmienna	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: Zupa pomidorowa z ryżem (I,II,III), Łazanki z mięsem (I,IV), Sałata zielona z kefirem (II), Kompot	
Zupa pomidorowa z ryżem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	20g
Ryż biały	25g
Sól dodana [g]	1g
Łazanki z mięsem	
Makaron	100g
Kiełbasa toruńska	50g
Boczek wędzony bez kości	5g
Cebula	20g
Smalec	5g
Kapusta biała	200g
Pietruszka zielona	2g
Sałata zielona z kefirem	
Sałata zielona	50g
Kefir	10g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Racuchy z jabłkami (smażenie) (I,II,IV), Rzodkiewka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Racuchy z jabłkami	
Mąka pszenna	70g
Jaja kurze całe	10g
Olej rzepakowy	20g
Jabłko	80g
Drożdże piekarskie, prasowane	10g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	50g
-	
Rzodkiewka	50g

Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Jogurt owocowy (II)	
Jogurt owocowy	
Jogurt owocowy	140g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2321,98
Białko [g]	88,86
Tłuszcze [g]	70,48
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	25,19
Węglowodany ogółem [g]	347,87
Błonnik [g]	31,72
Glukoza [g]	8,31
Fruktoza [g]	10,33
Sacharoza [g]	11,53
Laktoza [g]	17,47
Sód [mg]	1876,70
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

