

03.05.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ser żółty (II), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
-	
Ser żółty	40g
Ogórek zielony	40g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa koperkowa z makaronem (I,II,III), Ryba po grecku (duszenie) (I,II,III,V), Surówka z kapusty czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa koperkowa z makaronem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	30g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Jogurt naturalny	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Koper ogrodowy	5g
Makaron bezjajeczny	25g
Sól dodana [g]	1g
Ryba po grecku	
Morszczuk, świeży	150g
Mąka pszenna	10g
Olej rzepakowy	15g
Marchew	30g
Pietruszka, korzeń	20g
Seler korzeniowy	20g
Skrobia ziemniaczana	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Surówka z kapusty czerwonej	
Kapusta czerwona	150g
Ogórki, konserwowe	30g
Jabłko	50g
Olej rzepakowy	10g
Koper ogrodowy	2g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Jabłko	50g
Kolacja: Jajko (gotowanie) (IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Jaja kurze całe	70g
Pomidor	50g
-	

Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	40g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2047,21
Białko [g]	95,89
Tłuszcze [g]	69,18
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,00
Węglowodany ogółem [g]	274,38
Błonnik [g]	31,59
Glukoza [g]	8,15
Fruktoza [g]	10,24
Sacharoza [g]	11,05
Laktoza [g]	2,66
Sód [mg]	1866,01
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. łubin, XI. dwutlenek siarki i siarczany, XII. mięczaki, XIII. skorupiaki	