

19.05.2024r.

**Dieta podstawowa**

**Śniadanie:** Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Jabłko, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną

**Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego**

Ser twarogowy	50g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Pietruszka, liście	2g

Jabłko	150g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g

**Obiad:** Rosół z makaronem (I,III,IV), Pieczeń wieprzowa (I,II), Sałatka z buraków i fasolki czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot

**Rosół z makaronem**

Kurczak, tuszka	15g
Marchew	30g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Cebula	10g
Kapusta włoska	10g
Makaron bezjajeczny	30g
Sól dodana [g]	1g

**Pieczeń wieprzowa**

Wieprzowina, łopatka	1500g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	5g
Cebula	5g
Olej rzepakowy	5g

**Sałatka z buraków i fasoli czerwonej**

Burak	130g
Fasolka flageolet, konserwowa	20g
Jabłko	40g
Olej rzepakowy	5g

**Ziemniaki**

Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g

**Kompot**

Mieszanka owocowa	15g
-------------------	-----

**Kolacja:** Jajko w sosie tatarskim (II,IV,VI), Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną

**Jajko w sosie tatarskim**

Jaja kurze całe	70g
Majonez domowy z olejem rzepakowym	15g
Jogurt naturalny	20g
Musztarda	10g

Cebula	5g
Ogórki, konserwowe	30g
Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	40g
Por	10g
Pietruszka, liście	2g
-	
Sałata zielona	15g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
<b>II Kolacja: Kanapka z pasztetem (I,II,III,IV,VI,VII)</b>	
<b>Kanapka z pasztetem</b>	
Pasztet z drobiu	30g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
<b>Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej</b>	
Wartość energetyczna [kcal]	2036,36
Białko [g]	94,68
Tłuszcze [g]	70,09
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	20,70
Węglowodany ogółem [g]	270,96
Błonnik [g]	32,40
Glukoza [g]	6,87
Fruktoza [g]	13,33
Sacharoza [g]	22,44
Laktoza [g]	3,43
Sód [mg]	1795,33
Sól dodana [g]	2g
<b>Mieszanka przypraw w zmiennych proporcjach.</b>	
<b>Zawartość soli wynika również z obecności naturalnie występującego sodu.</b>	
<b>Monitoring potraw przeprowadza dietetyk na miejscu i dokumentuje w "Arkuszu oceny organoleptycznej posiłków", który znajduje się w Sekcji Żywnienia SP ZOZ Myślenice.</b>	
<b>Pełny skład serwowanych potraw łącznie z występującymi alergenami znajduje się u Kierownika Sekcji Żywnienia.</b>	
<b>Alergeny /legenda/: I. gluten, II. mleko i produkty pochodne, III. seler, IV. jaja, V. ryby, VI. gorczyca, VII. soja, VIII. sezam, IX. orzechy, X. lubin, XI. dwutlenek siarki i siarczany, XII. mięczaki, XIII. skorupiaki</b>	