

30.05.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ser żółty (II), Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
-	
Ser żółty	40g
Pomidor	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Rosół z makaronem (I,II, III), Stek z cebulką (smażenie) (I,IV), Sałatka z buraków i fasolki czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Rosół z makaronem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Cebula	10g
Kapusta włoska	10g
Makaron bezjajeczny	30g
Sól dodana [g]	1g
Stek z cebulką	
Wieprzowina-gulaszowe łopatka	150g
Bułki wrocławskie	10g
Jaja kurze całe	10g
Cebula	20g
Olej rzepakowy	10g
Mąka pszenna, typ 500	5g
Sałatka z buraków i fasolki czerwonej	
Burak	80g
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: Sałatka z ryżu, groszku zielonego i pora, Kiełbasa żywiecka (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Sałatka z ryżu, groszku zielonego i pora	
Ryż biały	60g
Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	10g
Por	10g
Papryka	15g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g

Olej rzepakowy	5g
-	
Kiełbasa szynkowa	30g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z ogórkiem kiszonym (I)	
Ogórek kiszony	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Koper świeży	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2042,55
Białko [g]	91,44
Tłuszcze [g]	63,78
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	22,35
Węglowodany ogółem [g]	288,12
Błonnik [g]	28,19
Glukoza [g]	4,61
Fruktoza [g]	6,11
Sacharoza [g]	13,78
Laktoza [g]	1,07
Sód [mg]	1894,87
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	