

07.06.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ryż na mleku (I,II), Ser topiony (II), Ogórek świeży, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Ryż na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Ryż biały	25g
-	
Ser topiony	17,50g
Ogórek świeży	40g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna zwykła	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa koperkowa z ryżem (I,II,III), Jajko w sosie musztardowym (gotowanie) (I,II,IV,VI), Marchew oprószana (II), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa koperkowa z ryżem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Koper ogrodowy	5g
Ryż biały	25g
Sól dodana [g]	1g
Jajko w sosie musztardowym	
Jaja kurze całe	50g
Musztarda	20g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Marchew oprószana	
Marchew	150g
Mąka pszenna, typ 500	30g
Margaryna mleczna	15g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól	1g
Kompot	
Jabłko	50g
Kolacja: Konserwa rybna (I,II,III,IV,V,,VI,VI), Jabłko, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Konserwa rybna	
Śledź w sosie pomidorowym	50g
-	
Jabłko	150g
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]	2 133,30
Białko [g]	75,56
Tłuszcze [g]	56,19
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	25,65
Węglowodany ogółem [g]	335,03
Błonnik [g]	32,99
Glukoza [g]	7,94
Fruktoza [g]	14,36
Sacharoza [g]	16,93
Laktoza [g]	13,15
Sód [mg]	1853,40
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	

Dieta podstawowa - kolacja + II kolacja

