

17.06.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Makaron na mleku (I,II), Pasta bułgarska (II,IV), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Makaron na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Makaron bezjajeczny	25g
Pasta bułgarska	
Ser twarogowy	50g
Jaja kurze całe	15g
Ser, gouda, tłusty	15g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Pietruszka, liście	2g
-	
Papryka	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Krupnik (I,II,III), Kurczak pieczony, Surówka z kapusty pekińskiej (IV), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Krupnik	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	30g
Pietruszka, korzeń	25g
Seler korzeniowy	10g
Pietruszka, liście	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Kasza jęczmienna, perłowa	30g
Sól dodana [g]	1g
Kurczak pieczony	
Kurczak, bez skóry	220g
Olej rzepakowy	10g
Sól dodana [g]	1g
Surówka z kapusty pekińskiej	
Kapusta pekińska	100g
Ogórek	20g
Pomidor	20g
Jabłko	30g
Por	10g
Majonez domowy z olejem rzepakowym	10g
Pietruszka, liście	2g
Ziemniaki	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Kiełbasa szynkowa (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	

Kiełbasa szynkowa	40g
Chrzan z kefirem	
Chrzan	30g
Jabłko	20g
Kefir	5g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z ogórkiem (I)	
Ogórek zielony	40g
Pieczywo razowe	50g
Koper świeży	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2132,37
Białko [g]	111,58
Tłuszcze [g]	69,63
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	25,01
Węglowodany ogółem [g]	278,57
Błonnik [g]	33,72
Glukoza [g]	6,15
Fruktoza [g]	7,63
Sacharoza [g]	9,53
Laktoza [g]	12,75
Sód [mg]	1942,08
Sól dodana [g]	2,00
Mieszanka przypraw w zmiennych proporcjach.	
Zawartość soli wynika również z obecności naturalnie występującego sodu.	
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. sezam, 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

