

02.07.2024r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Kukurydzianka na mleku (I,II), Jajko (gotowanie) (IV), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Kukurydzianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kaszka kukurydziana	25g
-	
jajo kurze całe	50g
Chrzan z kefirem	
Chrzan	20g
Jabłko	10g
Kefir	10g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem (I,III), Wątróbka wieprzowa saute (smażenie) (I), Surówka z cukinii i marchwi, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa pieczarkowa z makaronem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Pieczarka uprawna, świeża	50g
Makaron bezjajeczny	30g
Sól dodana [g]	1g
Wątróbka wieprzowa saute	
Wątroba wieprzowa	150g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Cebula	20g
Olej rzepakowy	15g
Sól dodana [g]	1g
Surówka z cukinii i marchwi	
Cukinia	70g
Marchew	50g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	10g
Ziemniaki	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Paprykarz szczeciński (I,II,III,V,VI,VII), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	

-	
Paprykarz szczeciński	50g
-	
Ogórek zielony	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Mus z jabłek	
Jabłko	150g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2120,2
Białko [g]	91,48
Tłuszcze [g]	71,84
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,08
Węglowodany ogółem [g]	295,75
Błonnik [g]	30,83
Glukoza [g]	7,67
Fruktoza [g]	13,45
Sacharoza [g]	12,26
Laktoza [g]	11,56
Sód [mg]	1 632,47
Sól dodana [g]	3g
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. tulin, XI. dwutlenek siarki i siarczany, XII. mięczaki, XIII. skorupiaki	

Dieta podstawowa - obiad

