

15.08.2024r.	
Dieta podstawowa	
<b>Śniadanie:</b> Twaróg z pietruszką zieloną (II), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Twaróg z pietruszką zieloną	
Ser twarogowy	60g
Pietruszka zielona	2g
Surówka z rzodkiewki czerwonej	
Rzodkiewka	60g
Kefir, 2% tłuszczu	5g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
<b>Obiad:</b> Zupa pomidorowa z ryżem (I,II,III), Schab duszony z jarzynami (I,II,III), Ćwikła z jabłkiem, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa pomidorowa z ryżem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	20g
Ryż biały	30g
Sól dodana [g]	1g
Schab duszony z jarzynami	
Wieprzowina, schab surowy bez kości	100g
Marchew	50g
Pietruszka, korzeń	30g
Seler korzeniowy	25g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Olej rzepakowy	10g
Ćwikła z jabłkiem	
Burak	130g
Jabłko	20g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20
Koper ogrodowy	10
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
-	
<b>Kolacja:</b> Kiełbaska (I,II,III,VI,VII), Ketchup, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Kiełbaska	65g
Ketchup	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	50g
Pietruszka zielona	5g
<b>Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej</b>	
Wartość energetyczna [kcal]	2015,13
Białko [g]	87,76
Tłuszcze [g]	62,18
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,55
Węglowodany ogółem [g]	286,05
Błonnik [g]	33,96
Glukoza [g]	4,42
Fruktoza [g]	4,66
Sacharoza [g]	18,39
Laktoza [g]	4,24
Sód [mg]	1996,80
Sól dodana [g]	2,00
<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. łubin, XI. dwutlenek siarki i siarczany, XII. Mięczaki, XIII. skorupiaki</b>	