

15.09.2024r.

Dieta podstawowa

Śniadanie: Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną

Pasta z twarogu i wędliny

Ser twarogowy	50g
Wędlina chuda	10g
Pietruszka zielona	2g
-	-
Papryka	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Bułka	50g
Herbata	1g

Obiad: Rosół z makaronem (I,III), Sznycel (smażenie) (I,IV), Kapusta biała zasmażana (I), 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

Sznycel

Wieprzowina-gulaszowe łopatka	100g
Bułki wrocławskie	10g
Jaja kurze całe	10g
Cebula	5g
Olej rzepakowy	10g
Bułka tarta	20g

Kapusta biała zasmażana

Kapusta biała	130g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Słonina	5g

Ziemniaki

Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g

Kompot

Mieszanka owocowa	15g
-------------------	-----

Kolacja: Paszтет pieczony (I,IV,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną

Paszтет pieczony

Kurczak, tuszka	30g
-----------------	-----

Wieprzowina-gulaszowe łopatka	30g
Wątroba wieprzowa	10g
Słonina	5g
Olej rzepakowy	5g
Jaja kurze całe	10g
Bułka wrocławska	10g
Bułka tarta	5g
Margaryna mleczna	5g
-	
Pomidor	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z serkiem topionym (I,II)	
Kanapka z serkiem topionym	
Ser topiony	17,5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2131,08
Białko [g]	98,53
Tłuszcze [g]	64,05
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,57
Węglowodany ogółem [g]	293,72
Błonnik [g]	31,58
Glukoza [g]	6,67
Fruktoza [g]	6,53
Sacharoza [g]	5,95
Laktoza [g]	2,79
Sód [mg]	1787,98
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. lubin, XI. dwutlenek siarki i siarczany, XII. Mięczaki, XIII. skorupiaki	