

04.01.2025r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Ryż na mleku (I,II), Paszтет z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Ogórek kiszony, Masło, Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Ryż na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Ryż biały	25g
Paszтет z drobiu	
Ogórek kiszony	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II Śniadanie: Kisiel z jabłkiem bez cukru	
Kisiel z jabłkiem bez cukru	
Kisiel owocowy	10g
Jabłko	20g
Obiad: Żurek z ziemniakami (I,III), Ragout (I), Surówka wielowarzywna (III), Makaron (I,II,IV), Kompot	
Żurek z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Mąka pszenna	10g
Mąka żytnia	10g
Ziemniaki	250g
Sól dodana [g]	1g
Ragout	
Mięso drobiowe z piersi kurczaka	100g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Fasolka szparagowa, mrożona	10g
Kalafior	20g
Mąka pszenna	5g
Olej rzepakowy	5g
Surówka wielowarzywna	
Marchew	70g
Pietruszka, korzeń	30g
Seler korzeniowy	30g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	15g
Makaron	
Makaron	80g
Margaryna mleczna	5g
Kompot	
Mieszanka owocowa, mrożona	15g
Podwieczorek: Kanapka z pomidorem (I)	

Kanapka z pomidorem	
Pomidor	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Kolacja: Twaróg z koperkiem (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Twaróg z koperkiem	
Ser twarogowy	60g
Koperek świeży	2g
-	
Papryka	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z rzodkiewką (I)	
Kanapka z rzodkiewką	
Rzodkiewka	20g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2 177,73
Białko [g]	89,09
Tłuszcze [g]	70,65
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	19,82
Węglowodany ogółem [g]	310,93
Błonnik [g]	34,48
Glukoza [g]	5,75
Fruktoza [g]	7,03
Sacharoza [g]	15,38
Laktoza [g]	11,41
Sód [mg]	1 875,25
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. łubin, XI. dwutlenek siarki i siarczan, XII. mięczaki, XIII. skorupiaki	