

10.03.2025r.

Dieta podstawowa

Śniadanie: Kasza manna na mleku (I,II), Paszтет z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną

Kasza manna na mleku

Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza manna	25g

Paszтет z drobiu

Paszтет z drobiu	40g
------------------	-----

-

Ogórek zielony	50g
----------------	-----

-

Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
----------------------------	-----

Pieczywo razowe	50g
-----------------	-----

Bułka pszenna	50g
---------------	-----

Herbata	1g
---------	----

Obiad: Krupnik (I,II,III), Łazanki z mięsem (duszenie) (I,II,III), Kompot

Krupnik

Kurczak, tuszka	15g
-----------------	-----

Marchew	20g
---------	-----

Pietruszka, korzeń	10g
--------------------	-----

Seler korzeniowy	5g
------------------	----

Pietruszka, liście	10g
--------------------	-----

Mąka pszenna, typ 500	10g
-----------------------	-----

Śmietana, 18% tłuszczu	20g
------------------------	-----

Kasza jęczmienna, perłowa	30g
---------------------------	-----

Sól dodana [g]	1g
----------------	----

Łazanki z mięsem

Makaron czterojajeczny	100g
------------------------	------

Kiełbasa toruńska	50g
-------------------	-----

Boczek wędzony bez kości	20g
--------------------------	-----

Cebula	20g
--------	-----

Olej rzepakowy	15g
----------------	-----

Kapusta biała	200g
---------------	------

Pietruszka, liście	2g
--------------------	----

Kompot

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

Kolacja: Pasta z twarogu i ryby (II,V), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną

Pasta z twarogu i ryby

Ser twarogowy	60g
---------------	-----

Śledź w sosie pomidorowym	10g
---------------------------	-----

Pietruszka, liście	2g
--------------------	----

-

Papryka	50g
---------	-----

-

Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
----------------------------	-----

Pieczywo razowe	100g
-----------------	------

Herbata	1g
---------	----

II Kolacja: Kanapka z ogórkiem (I)	
Ogórek zielony	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Koper świeży	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2113,16
Białko [g]	84,28
Tłuszcze [g]	70,41
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	24,19
Węglowodany ogółem [g]	286,04
Błonnik [g]	27,23
Glukoza [g]	6,96
Fruktoza [g]	6,39
Sacharoza [g]	4,70
Laktoza [g]	12,14
Sód [mg]	1990,63
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 Żywnienia SP ZOZ Myślenice.	
Pełny skład serwowanych potraw łącznie z występującymi alergenami znajduje się u Kierownika Sekcji Żywnienia.	
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	

Dieta podstawowa- kolacja + II kolacja

