

30.05.2025r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Pasztet z drobiu (I,II,III,VI,VII), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Kasza jęczmienna na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza jęczmienna, perłowa	25g
-	
Pasztet z drobiu	40g
Ogórek kiszony	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa kalafiorowa z ziemniakami (I,III), Makaron z serem (I,II,IV), Kompot	
Zupa kalafiorowa z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna	10g
Kalafior	30g
Ziemniaki	200g
Sól dodana [g]	1g
Makaron z serem	
Makaron	100g
Margaryna mleczna	10g
Cukier	5g
Ser twarogowy półtłusty	60g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Śledź w sosie pomidorowym (I,II,III,IV,V,VI,VII), Surówka z pora (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Śledź w sosie pomidorowym	50g
Surówka z pora	
Por	100g
Jogurt naturalny	10g
Jabłko	20g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z pomidorem (I)	
Kanapka z pomidorem	
Pomidor	40g
Olej rzepakowy	5g

Pieczyno razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartoŹci energetycznej (kcal) i wartoŹci odżywczej	
WartoŹć energetyczna [kcal]	2085,55
Białko [g]	75,78
Tłuszcze [g]	57,11
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,93
Węglowodany ogółem [g]	311,92
Błonnik [g]	26,40
Glukoza [g]	4,07
Fruktoza [g]	6,47
Sacharoza [g]	23,04
Laktoza [g]	12,44
Sód [mg]	1819,97
Sól dodana [g]	2,00
Mieszanka przypraw w zmiennych proporcjach.	
ZawartoŹć soli wynika równieŹ z obecnoŹci naturalnie występującego sodu.	
Monitoring potraw przeprowadza dietetyk na miejscu i dokumentuje w "Arkuszu oceny organoleptycznej poŹilków", który znajduje się w Sekcji Źywienia SP ZOZ MyŹlenice.	
Pełny skład serwowanych potraw łacznie z występującymi alergenami znajduje się u Kierownika Sekcji Źywienia.	
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 - śniadanie

