

22.04.2025r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Kukurydzianka na mleku (II), Kiełbaska (I,VII), Ketchup, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Kukurydzianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kaszka kukurydziana	25g
-	
Kiełbaska	65g
Ketchup	15g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Cukier	5g
Obiad: Żurek z ziemniakami (I,II,III), Łazanki z mięsem (duszenie) (I,II,IV), Kompot	
Żurek z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Mąka żytnia, typ 720	10g
Boczek wędzony bez kości	5g
Ziemniaki, średnio	200g
Sól dodana [g]	1g
Łazanki z mięsem	
Makaron czterojęczny	100g
Kiełbasa toruńska	50g
Boczek wędzony bez kości	20g
Cebula	20g
Olej rzepakowy	10g
Kapusta biała	200g
Pietruszka, liście	2g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Szynka z indyka (I,VI,VII), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Szynka z indyka	40g
Ogórek kiszony	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	50g
Herbata	1g
Cukier	5g

II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	30g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2056,08
Białko [g]	84,24
Tłuszcze [g]	66,28
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	24,23
Węglowodany ogółem [g]	292,25
Błonnik [g]	25,36
Glukoza [g]	5,68
Fruktoza [g]	4,96
Sacharoza [g]	17,17
Laktoza [g]	10,81
Sód [mg]	1981,88
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 siarczany, XII. Mięczaki, XIII. skorupiaki	

Dieta podstawowa – śniadanie

