24.06.2025r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Pasta bułgarska (I,II,IV), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Kasza jęczmienna na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza jęczmienna	25g
Pasta bułgarska	
Ser twarogowy	50g
Jaja kurze całe	15g
Ser, gouda, tłusty	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Pietruszka, liście	2g
-	
Papryka	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa grochowa z ziemniakami (I,II,III), Schab duszony z jarzynami, Surówka z kapusty pekińskiej (IV), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa grochowa z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Ziemniaki, średnio	200g
Groch, nasiona suche	20g
Boczek wędzony bez kości	5g
Sól dodana [g]	1g
Schab duszony z jarzynami	
Wieprzowina, schab surowy bez kości	100g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Mąka pszenna, typ 500	5g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Surówka z kapusty pekińskiej	
Kapusta pekińska	100g
Ogórek	20g
Pomidor	20g
Jabłko	20g
Por	10g
Majonez domowy z olejem rzepakowym	20g
Pietruszka, liście	2g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g

Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Pasztet pieczony (I,II,IV), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Pasztet pieczony	
Kurczak, tuszka	30g
Wieprzowina-gulaszowe łopatka	30g
Wątroba wieprzowa	10g
Smalec	5g
Jaja kurze całe	10g
Bułka wrocławska	10g
Bułka tarta	5g
Margaryna mleczna	5g
-	
Ogórek zielony	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
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]	2 274,66
Białko [g]	109,78
Tłuszcze [g]	71,22
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	24,87
Węglowodany ogółem [g]	315,21
Błonnik [g]	24,87
Glukoza [g]	5,77
Fruktoza [g]	6,41
Sacharoza [g]	7,65
Laktoza [g]	13,45
Sód [mg]	1 714,68
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

