30.06.2025r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ryż na mleku (II), Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Ryż na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Ryż biały	25g
Pasta z twarogu i wędliny	
Ser twarogowy	40g
Wędlina chuda	20g
Pietruszka, liście	2g
-	
Ogórek zielony	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Żurek z ziemniakami (I,II,III), Łazanki z mięsem (duszenie) (I,IV), Kompot	
Żurek z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Jogurt naturalny	10g
Mąka pszenna, typ 500	15g
Mąka żytnia, typ 720	15g
Boczek wędzony bez kości	5g
Ziemniaki	200g
Sól dodana [g]	1g
Łazanki z mięsem	
Makaron czterojajeczny	100g
Kiełbasa toruńska	50g
Boczek wędzony bez kości	20g
Cebula	20g
Olej rzepakowy	20g
Kapusta biała	200g
Pietruszka, liście	2g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Szynka z indyka (I,II,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Szynka z indyka	40g
Pomidor	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g

II Kolacja: Kanapka z papryką (I)	
Kanapka z papryką	
Papryka	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2 085,41
Białko [g]	85,49
Tłuszcze [g]	70,20
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,74
Węglowodany ogółem [g]	289,25
Błonnik [g]	26,52
Glukoza [g]	7,48
Fruktoza [g]	7,03
Sacharoza [g]	5,26
Laktoza [g]	12,18
Sód [mg]	1 997,58
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

