20.11.2025r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Makaron na mleku (I,II), Ser topiony (II), Ogórek zielony, Marmolada, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Makaron na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Makaron bezjajeczny	25g
-	
Ser topiony	17,5g
Ogórek zielony	50g
Marmolada	15g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa grysikowa (I,III), Wątróbka wieprzowa saute (smażenie) (I), Kapusta biała zasmażana (I), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa grysikowa	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Kapusta włoska	10g
Kasza manna	25g
Sól dodana [g]	1g
Wątróbka wieprzowa saute	
Wątroba wieprzowa	150g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Cebula	20g
Olej rzepakowy	15g
Sól dodana [g]	1g
Kapusta biała zasmażana	
Kapusta biała	150g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Słonina	5g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Kiełbasa żywiecka (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Kiełbasa żywiecka	40g
Chrzan z kefirem	
Chrzan	20g

Jabłko	10g
Kefir	5g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z papryką (I)	
Papryka	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	50g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2068,85
Białko [g]	91,42
Tłuszcze [g]	65,27
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	24,11
Węglowodany ogółem [g]	295,83
Błonnik [g]	32,52
Glukoza [g]	8,81
Fruktoza [g]	8,57
Sacharoza [g]	9,67
Laktoza [g]	10,84
Sód [mg]	1 773,25
Sól dodana [g]	3g
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- obiad

