24.12.2025r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Ryż na mleku (II), Jajko (IV), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Pieczywo razowe (I), Masło (II), Herbata b/c	
Ryż na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Ryż biały	25g
-	
Jaja kurze całe	50g
Surówka z białej rzodkwi i marchwi	
Rzodkiewka	50g
Marchew	50g
Kefir, 2% tłuszczu	10g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Herbata z cytryną	1g
II śniadanie: Sok pomidorowy	
Sok pomidorowy	
Sok pomidorowy	100g
Obiad: Żurek z ziemniakami b/ś (I,III), Makaron z serem (I,II,IV), Kompot	
Żurek z ziemniakami b/ś	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Mąka pszenna	10g
Ziemniaki, średnio	200g
Makaron z serem	
Makaron czterojajeczny	70g
Margaryna mleczna	10g
Ser twarogowy	60g
Kompot b/c	
Mieszanka owocowa	15g
Podwieczorek: Kisiel b/c	
Kisiel owocowy b/c	
Kisiel owocowy b/c	10g
Kolacja: Barszcz czerwony z ziemniakami b/ś (I,III), Ryba saute (I), Marchew gotowana, Surówka z kiszonej kapusty, Ziemniaki z koperkiem (II),kompot	
Barszcz czerwony z ziemniakami b/ś	
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	2g
Ziemniaki	200g
Mąka pszenna	10g
Burak	100g

Ryba saute	
Morszczuk, świeży	130g
Mąka pszenna	10g
Olej rzepakowy	15g
Marchew gotowana	
Marchew	150g
Surówka z kiszonej kapusty	
Kapusta kwaszona	130g
Marchew	10g
Olej rzepakowy	15g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	350g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól	1g
Kompot b/c	
Mieszanka owocowa	15g
II Kolacja: Kanapka z serkiem topionym (I,II)	
Kanapka z serkiem topionym	
Ser topiony	17,5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2238,18
Białko [g]	94,09
Tłuszcze [g]	68,03
Węglowodany ogółem [g]	329,27
Błonnik [g]	36,60
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	19,36
Glukoza [g]	7,00
Fruktoza [g]	7,26
Sacharoza [g]	17,57
Laktoza [g]	12,91
Sód [mg]	1 534,10
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	