25.12.2025r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ser żółty (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
-	
Ser żółty	20g
Papryka	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem (I,II,III), Brizol z pieczarkami (smażenie) (I), Sałatka z fasolki szparagowej i papryki, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa pomidorowa z ryżem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	20g
Ryż biały	25g
Sól dodana [g]	1g
Brizol z pieczarkami	
Wieprzowina, schab surowy bez kości	100g
Cebula	20g
Pieczarka uprawna, świeża	50g
Olej rzepakowy	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Sałatka z fasolki szparagowej i papryki	
Fasolka szparagowa, mrożona	80g
Papryka czerwona	20g
Cebula	20g
Olej rzepakowy	5g
Ziemniaki	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Sałatka jarzynowa (III,IV,VI), Pasztet z drobiu (I,II,IV,VI,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Sałatka jarzynowa	
Ziemniaki	100g
Marchew	100g
Pietruszka, korzeń	25g
Seler	25g
Ogórki, konserwowe	10g
Groszek zielony	15g
Jabłko	20g
Majonez	15g

Musztarda	5g
Pietruszka zielona	2g
-	
Pasztet z drobiu	40g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	30g
Pieczywo razowe	50g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2124,43
Białko [g]	86,09
Tłuszcze [g]	71,99
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	16,35
Węglowodany ogółem [g]	299,60
Błonnik [g]	37,97
Glukoza [g]	7,11
Fruktoza [g]	7,92
Sacharoza [g]	12,47
Laktoza [g]	2,63
Sód [mg]	1931,05
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	