28.12.2025r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Ser twarogowy	60g
Wędlina chuda	30g
Pietruszka zielona	2g
-	
Pomidor	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Śniadanie: Kisiel b/c	
Kisiel b/c	
Kisiel owocowy	10g
Obiad: Zupa koperkowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Schab gotowany z jarzynami (I,II,III), Surówka z cukinii i marchwi, Buraki gotowane, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa koperkowa z lanym ciastem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Mąka pszenna, typ 500	30g
Koper ogrodowy	15g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Jajo kurze całe	10g
Sól dodana [g]	1g
Schab gotowany z jarzynami	
Wieprzowina, schab bez kości	100g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Surówka z cukinii i marchwi	
Cukinia	70g
Marchew	50g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	10g
Buraki gotowane	
Burak	150g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Podwieczorek: Wafle ryżowe	
Wafle ryżowe	

Wafle ryżowe	20g
Kolacja: Sałatka jarzynowa dietetyczna (III), Kiełbasa żywiecka (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Sałatka jarzynowa dietetyczna	
Ziemniaki, średnio	100g
Marchew	100g
Pietruszka, korzeń	40g
Seler	30g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	15g
Pietruszka, liście	2g
-	
Kiełbasa żywiecka	30g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
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]	2139,06
Białko [g]	93,79
Tłuszcze [g]	66,76
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,52
Węglowodany ogółem [g]	309,69
Błonnik [g]	39,79
Glukoza [g]	6,85
Fruktoza [g]	7,87
Sacharoza [g]	34,49
Laktoza [g]	4,76
Sód [mg]	1847,81
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	