30.12.2025r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Kasza jęczmienna na mleku (II), Pasta z boczku i jaj (IV,VI), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Kasza jęczmienna na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza jęczmienna	25g
Pasta z boczku i jaj	
Jaja kurze całe	50g
Boczek wędzony bez kości	15g
Musztarda	5g
Pietruszka zielona	2g
Majonez	10g
-	
Ogórek zielony	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	30g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem (I,II,III), Pieczeń wieprzowa (duszenie) (I,II), Surówka wielowarzywna (III), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa pieczarkowa z makaronem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna	10g
Pieczarka	50g
Makaron	25g
Sól dodana [g]	1g
Pieczeń wieprzowa	
Wieprzowina, łopatka	120g
Mąka pszenna, typ 500	5g
Śmietana, 18% tłuszczu	5g
Cebula	5g
Smalec	5g
Surówka wielowarzywna	
Marchew	60g
Pietruszka, korzeń	30g
Seler korzeniowy	30g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	5g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Kompot	

Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Paprykarz szczeciński (I,II,III,IV,V,VI), Jabłko, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Paprykarz szczeciński	
Paprykarz szczeciński	70g
Koncentrat pomidorowy	5g
-	
Jabłko	200g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	40g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2110,63
Białko [g]	98,38
Tłuszcze [g]	69,90
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,79
Węglowodany ogółem [g]	297,14
Błonnik [g]	36,28
Glukoza [g]	8,05
Fruktoza [g]	15,35
Sacharoza [g]	15,13
Laktoza [g]	12,54
Sód [mg]	1989,30
Sól dodana [g]	1,00
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 – kolacja + II kolacja

