06.01.2026r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Twaróg z cebulką (II), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Twaróg z cebulką	
Ser twarogowy	60g
Cebula	5g
Szczypiorek	2g
-	
Ogórek kiszony	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa kalafiorowa z makaronem (I,II,III), Zraz mięsny (duszenie) (I,II,IV), Sałatka z buraków i fasoli czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa kalafiorowa z makaronem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Kalafior	30g
Makaron bezjajeczny	25g
Zraz mięsny	
Wieprzowina-gulaszowe łopatka	100g
Bułki wrocławskie	10g
Jaja kurze całe	10g
Olej rzepakowy	15g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Sałatka z buraków i fasoli czerwonej	
Burak	100g
Jabłko	30g
Fasolka szparagowa, mrożona	20g
Olej rzepakowy	5g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Sałatka jarzynowa (III,IV), Kiełbasa żywiecka (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Sałatka jarzynowa	
Ziemniaki, średnio	100g
Marchew	100g
Pietruszka, korzeń	25g
Seler	25g
Ogórki, konserwowe	20g
Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	15g

Jabłko	20g
Majonez domowy z olejem rzepakowym	10g
Musztarda	5g
Pietruszka, liście	2g
-	
Kiełbasa żywiecka	20g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z serkiem topionym (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]	2 052,33
Białko [g]	86,34
Tłuszcze [g]	68,52
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,86
Węglowodany ogółem [g]	288,11
Błonnik [g]	34,56
Glukoza [g]	5,54
Fruktoza [g]	6,95
Sacharoza [g]	18,74
Laktoza [g]	5,48
Sód [mg]	1 999,37
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	