10.01.2026r.	
Dieta łatwostrawna	
Śniadanie: Ryż na mleku (II), Twaróg z pietruszką zieloną (II), Jabłko, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Ryż na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Ryż biały	25g
Twaróg z pietruszką zieloną	
Ser twarogowy	60g
Pietruszka, liści	2g
-	
Jabłko	150g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III), Potrawka drobiowa z jarzynami (duszenie)(I,II,III), Surówka wielowarzywna (III), Makaron (I,II), Kompot	
Barszcz czerwony z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Ziemniaki	200g
Mąka pszenna	10g
Burak	100g
Sól dodana [g]	1g
Potrawka drobiowa z jarzynami	
Mięso drobiowe-gulaszowe	100g
Fasolka szparagowa, mrożona	10g
Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	5g
Kalafior	10g
Marchew	10g
Pietruszka, korzeń	5g
Seler korzeniowy	5g
Margaryna mleczna	10g
Mąka pszenna, typ 500	5g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Surówka wielowarzywna	
Marchew	60g
Pietruszka, korzeń	30g
Seler korzeniowy	30g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	10g
Makaron	
Makaron czterojajeczny	80g
Margaryna mleczna	5g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	

Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Kiełbaska (I,VII), Ketchup, Sałata zielona, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Kiełbaska	65g
Ketchup	15g
Sałata zielona	15g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Chleb pszenny	80g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z pomidorem (I)	
Kanapka z pomidorem	
Pomidor	40g
Olej rzepakowy	5g
Chleb pszenny	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2183,53
Białko [g]	91,55
Tłuszcze [g]	66,23
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,46
Węglowodany ogółem [g]	316,57
Błonnik [g]	27,10
Glukoza [g]	7,08
Fruktoza [g]	12,77
Sacharoza [g]	20,53
Laktoza [g]	11,74
Sód [mg]	1749,78
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	