14.01.2026r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ryż na mleku (II), Ser topiony (II), Papryka, Marmolada, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Ryż na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Ryż biały	25g
-	
Ser topiony	17,5g
Papryka	50g
Marmolada	15g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa pieczarkowa z makaronem (I,II,III), Klops mięsny (zapiekanie) (I,II,IV), Buraki zasmażane (I,II), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa pieczarkowa z makaronem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Pieczarka uprawna, świeża	50g
Makaron bezjajeczny	30g
Sól dodana [g]	1g
Klops mięsny	
Wieprzowina, łopatka	100g
Bułki wrocławskie	10g
Jaja kurze całe	10g
Margaryna mleczna	5g
Sól dodana [g]	1g
Buraki zasmażane	
Burak	150g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Jogurt naturalny	20g
Margaryna mleczna	5g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Kiełbasa żywiecka (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Kiełbasa żywiecka	40g
Chrzan z kefirem	

Chrzan	20g
Jabłko	10g
Kefir	5g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	30g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2101,35
Białko [g]	90,78
Tłuszcze [g]	49,27
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,68
Węglowodany ogółem [g]	306,72
Błonnik [g]	30,29
Glukoza [g]	5,95
Fruktoza [g]	6,06
Sacharoza [g]	19,32
Laktoza [g]	12,85
Sód [mg]	1773,45
Sól dodana [g]	3,00
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	