07.02.2026r.	
Dieta łatwostrawna	
Śniadanie: Owsianka na mleku (I,II), Pasztet z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Jabłko, Masło, Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Owsianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Płatki owsiane	20g
-	
Pasztet z drobiu	30g
Jabłko	150g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Chleb pszenny	50g
Bułka pszenna zwykła	50g
Herbata	1g
Obiad: Żurek z ziemniakami (I,II,III), Potrawka mięsno- jarzynowa (gotowanie) (I,II,III), Surówka wielowarzywna (III), Ryż (II), Kompot	
Żurek z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Mąka żytnia, typ 720	10g
Ziemniaki, średnio	200g
Sól dodana [g]	1g
Potrawka mięsno- jarzynowa	
Mięso drobiowe-gulaszowe	150g
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
Sól dodana [g]	1g
Surówka wielowarzywna	
Marchew	70g
Pietruszka, korzeń	30g
Seler korzeniowy	30g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	15g
Ryż	
Ryż biały	80g
Margaryna mleczna	5g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Pasta z twarogu i wędliny	
Ser twarogowy	40g

Wędlina chuda	20g
Pietruszka, liście	2g
-	
Pomidor	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Chleb pszenny	80g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z powidłem (I)	
Kanapka z powidłem	
Powidło	20g
Olej rzepakowy	5g
Chleb pszenny	50g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2 153,88
Białko [g]	92,11
Tłuszcze [g]	66,14
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	17,75
Węglowodany ogółem [g]	316,86
Błonnik [g]	26,32
Glukoza [g]	7,10
Fruktoza [g]	12,78
Sacharoza [g]	20,24
Laktoza [g]	11,45
Sód [mg]	1 335,41
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	