10.02.2026r.	
Dieta łatwostrawna dla dzieci i młodzieży	
Śniadanie: Owsianka na mleku (I,II), Pasztet z drobiu (I,II,III,IV,VI,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Owsianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Płatki owsiane	20g
-	
Pasztet z drobiu	40g
Pomidor	50g
-	
Chleb pszenny	50g
Bułka pszenna zwykła	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Herbata	1g
II Śniadanie: Serek homogenizowany (II)	
Serek homogenizowany	
Serek homogenizowany	150g
Obiad: Zupa solferino z ziemniakami (I,II,III), Risotto mięsno- jarzynowe (duszenie), Sos koperkowy (I,II), Kompot	
Zupa solferino z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Fasolka szparagowa, mrożona	10g
Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	5g
Kalafior	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	10g
Ziemniaki, średnio	200g
Sól dodana [g]	1g
Risotto mięsno- jarzynowe	
Mięso z piersi kurczaka-gulaszowe	100g
Ryż biały	80g
Marchew	30g
Pietruszka, korzeń	10g
Olej rzepakowy	15g
Pietruszka, liście	5g
Sos koperkowy	
Koper ogrodowy	10g
Jogurt naturalny	10g
Mąka pszenna, typ 500	5g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Ser żółty (II), Jabłko, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Ser żółty	40g

Jabłko	150g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Chleb pszenny	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	40g
Chleb pszenny	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2142,75
Białko [g]	104,04
Tłuszcze [g]	61,41
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,46
Węglowodany ogółem [g]	307,38
Błonnik [g]	21,65
Glukoza [g]	5,81
Fruktoza [g]	10,98
Sacharoza [g]	9,64
Laktoza [g]	18,49
Sód [mg]	1789,36
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	