04.12.2025r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Kukurydzianka na mleku (II), Twaróg z koperkiem (II), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Kukurydzianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kaszka kukurydziana	25g
Twaróg z koperkiem	
Ser twarogowy	60g
Koperek zielony	5g
-	
Ogórek kiszony	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II Śniadanie: Kanapka z rzodkiewką (I)	
Kanapka z rzodkiewką	
Rzodkiewka	20g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Obiad: Zupa pejzanka z ziemniakami (I,III), Filet z kurczaka gotowany z jarzynami (III), Sałata zielona z sosem vinegret, Brukselka gotowana, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa pejzanka z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Ziemniaki, średnio	200g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Sól dodana [g]	1g
Filet z kurczaka gotowany z jarzynami	
Filet z kurczaka	110g
Olej rzepakowy	15g
Marchew	10g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Sałata zielona z sosem vinegret	
Sałata zielona	50g
Olej rzepakowy	10g
Musztarda	5g
Brukselka gotowana	
Brukselka gotowana	100g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g

Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Podwieczorek: Kefir (II)	
Kefir	200g
Kolacja: Kiełbasa żywiecka (I,IV,VII), Jabłko, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Kiełbasa żywiecka	40g
Jabłko	150g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z pomidorem (I)	
Kanapka z pomidorem	
Pomidor	40g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2 156,15
Białko [g]	99,28
Tłuszcze [g]	69,49
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	20,52
Węglowodany ogółem [g]	304,04
Błonnik [g]	38,46
Glukoza [g]	7,62
Fruktoza [g]	12,64
Sacharoza [g]	10,90
Laktoza [g]	20,21
Sód [mg]	1795,57
Sól dodana [g]	2g
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	