01.03.2026r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Pasztet z drobiu (I,II,III,VI,VII), Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Pasztet z drobiu	40g
Surówka z białej rzodkwi i marchwi	
Rzodkiewka	50g
Marchew	50g
Kefir, 2% tłuszczu	10g
-	
Pomidor	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Śniadanie: Wafle ryżowe	
Wafle ryżowe	
Wafle ryżowe	20g
Obiad: Zupa makaronowa (I,II,III), Pulpet drobiowy (gotowanie) (I,IV), Surówka z kapusty białej, Fasolka szparagowa gotowana, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa makaronowa	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Makaron bezjajeczny	30g
Pulpet drobiowy	
Mięso drobiowe z kurczaka	100g
Bułki wrocławskie	10g
Jaja kurze całe	10g
Olej rzepakowy	10g
Surówka z kapusty białej	
Kapusta biała	80g
Ogórek	30g
Marchew	30g
Rzodkiewka	20g
Olej rzepakowy	10g
Pietruszka, liście	2g
Fasolka szparagowa gotowana	
Fasolka szparagowa	100g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Podwieczorek: Kanapka z rzodkiewką (I)	
Kanapka z rzodkiewką	
Rzodkiewka	20g
Olej rzepakowy	5g

Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Kolacja: Twaróg z cebulką (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Twaróg z cebulką	
Ser twarogowy	60g
Cebula	5g
Szczypiorek	2g
-	
Papryka	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z serkiem topionym (I,II)	
Kanapka z serkiem topionym	
Ser topiony	17,5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2085,03
Białko [g]	86,71
Tłuszcze [g]	67,98
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,13
Węglowodany ogółem [g]	295,53
Błonnik [g]	39,02
Glukoza [g]	7,97
Fruktoza [g]	7,47
Sacharoza [g]	7,19
Laktoza [g]	4,27
Sód [mg]	1843,75
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	