08.03.2026r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VII), Surówka z rzodkiewki czerwonej (II),Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Pasta z twarogu i wędliny	
Ser twarogowy	50g
Wędlina chuda	10g
Pietruszka zielona	2g
Surówka z rzodkiewki czerwonej	
Rzodkiewka	60g
Kefir, 2% tłuszczu	5g
-	
Pomidor	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Bułka	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa koperkowa z lanym ciastem (I,II,III), Schab duszony z jarzynami (I,II,III), Surówka z cukinii i marchwi, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa koperkowa z lanym ciastem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Jogurt naturalny	20g
Mąka pszenna, typ 500	30g
Koper ogrodowy	15g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Jajo kurze całe	20g
Schab duszony z jarzynami	
Wieprzowina, schab surowy bez kości	100g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Jogurt naturalny	20g
Olej rzepakowy	20g
Surówka z cukinii i marchwi	
Cukinia	70g
Marchew	50g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	10g
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), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Kiełbasa kminkowa	40g
Ogórek zielony	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]	2021,38
Białko [g]	92,20
Tłuszcze [g]	47,95
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	20,89
Węglowodany ogółem [g]	274,92
Błonnik [g]	32,16
Glukoza [g]	5,93
Fruktoza [g]	6,26
Sacharoza [g]	8,44
Laktoza [g]	5,21
Sód [mg]	1969,73
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	