10.03.2026r.	
Dieta łatwostrawna dla dzieci i młodzieży	
Śniadanie: Kukurydzianka na mleku (II), Kiełbasa szynkowa (I,VI,VII), Pomidor, Gruszka, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Kukurydzianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	150g
Kaszka kukurydziana	25g
-	
Kiełbasa szynkowa	40g
Pomidor	50g
Gruszka	150g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Chleb pszenny	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
II Śniadanie: Budyń waniliowy (I,II)	
Budyń waniliowy	
Budyń waniliowy	10g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	150g
Obiad: Zupa makaronowa (I,II,III), Suflet mięsny (zapiekanie) (I,IV), Brokuły blanszowane, 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
Suflet mięsny	
Wieprzowina-gulaszowe łopatka	50g
Mięso drobiowe-gulaszowe	50g
Jaja kurze całe	10g
Marchew	20g
Olej rzepakowy	15g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Brokuły blanszowane	
Brokuł	100g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper ogrodowy	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Pasta z ryby gotowanej i pietruszki zielonej (II,V), Jabłko, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Pasta z ryby gotowanej i pietruszki zielonej	
Morszczuk, świeży	80g
Ser twarogowy	10g

Olej rzepakowy	10g
Pietruszka zielona	2g
-	
Jabłko	120g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Chleb pszenny	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	30g
Pieczywo pszenne	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2367,43
Białko [g]	106,90
Tłuszcze [g]	69,34
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,18
Węglowodany ogółem [g]	349,81
Błonnik [g]	26,65
Glukoza [g]	9,54
Fruktoza [g]	21,01
Sacharoza [g]	16,71
Laktoza [g]	17,12
Sód [mg]	1769,05
Sól dodana [g]	1g
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	