12.03.2026r.	
Dieta łatwostrawna dla dzieci i młodzieży	
Śniadanie: Kasza jęczmienna na mleku (II), Kiełbaska (I,II,III,IV VI,VII), Ketchup, Pomidor, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Kasza jęczmienna na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza jęczmienna, perłowa	25g
-	
Kiełbaska	65g
Ketchup	15g
-	
Pomidor	650g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Chleb pszenny	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
II Śniadanie: Biszkopty (I,II,VI,VII)	
Biszkopty	
Biszkopty	20g
Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III),Zraz mięsny (duszenie) (I,II,IV), Surówka z marchwi i jabłka (II), Makaron (I,II), Kompot	
Barszcz czerwony z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Ziemniaki, średnio	200g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Jogurt naturalny	20g
Burak	100g
Sól dodana [g]	1g
Zraz mięsny	
Mięso wieprzowe-gulaszowe	100g
Bułki wrocławskie	10g
Jaja kurze całe	10g
Olej rzepakowy	15g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Surówka z marchwi i jabłka	
Marchew	100g
Jabłko	40g
Kefir	5g
Makaron	
Makaron czterojajeczny	80g
Margaryna mleczna	5g
Koper zielony	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Pasta bułgarska (II), Jabłko, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	

Pasta bułgarska	
Ser twarogowy	50g
Jaja kurze całe	15g
Ser, gouda, tłusty	15g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Pietruszka, liście	2g
-	
Jabłko	150g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Chleb pszenny	80g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z pomidorem (I)	
Kanapka z pomidorem	
Pomidor	40g
Olej rzepakowy	5g
Chleb pszenny	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2386,98
Białko [g]	98,55
Tłuszcze [g]	80,46
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	27,17
Węglowodany ogółem [g]	334,66
Błonnik [g]	26,88
Glukoza [g]	8,33
Fruktoza [g]	14,85
Sacharoza [g]	23,36
Laktoza [g]	12,60
Sód [mg]	1971,08
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	