16.03.2026r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Makaron na mleku (I,II), Kiełbaska (I,VII), Surówka z pora, Ketchup, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Makaron na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Makaron	25g
-	
Kiełbaska	65g
Surówka z pora	
Por	100g
Ogórki, konserwowe	30g
Olej rzepakowy	5g
Jabłko	20g
-	
Ketchup	15g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	50g
Herbata	1g
II Śniadanie: Sok pomidorowy	
Sok pomidorowy	
Sok pomidorowy	100g
Obiad: Zupa grysikowa (I), Pulpet mięsny (gotowanie) (I,IV), Sałatka z kapusty czerwonej, Kalafior blanszowany,Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa grysikowa	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Kapusta włoska	10g
Kasza manna	40g
Sól dodana [g]	1g
Pulpet mięsny	
Mięso drobiowe z kurczaka	110g
Bułki wrocławskie	10g
Jaja kurze całe	10g
Olej rzepakowy	10g
Sałatka z kapusty czerwonej	
Kapusta czerwona	150g
Por	10g
Olej rzepakowy	10g
Pietruszka, liście	2g
Kalafior blanszowany	
Kalafior	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 ogórkiem (I)	

Kanapka ogórkiem	
Ogórek zielony	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Koper świeży	5g
Kolacja: Pasta z twarogu i wędliny (I,II,VI,VII), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Pasta z twarogu i wędliny	
Ser twarogowy	40g
Wędlina chuda	20g
Pietruszka, liście	2g
-	
Papryka	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z pomidorem(I)	
Kanapka z pomidorem	
Pomidor	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2046,21
Białko [g]	93,15
Tłuszcze [g]	70,33
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	12,68
Węglowodany ogółem [g]	270,38
Błonnik [g]	36,29
Glukoza [g]	10,55
Fruktoza [g]	10,41
Sacharoza [g]	10,31
Laktoza [g]	11,58
Sód [mg]	1994,96
Sól dodana [g]	3g
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	