26.03.2026r.	
Dieta łatwostrawna dla dzieci i młodzieży	
Śniadanie: Kasza manna na mleku (I,II), Pasztet drobiowy (I,II,III,IV,VI,VII), Pomidor, Powidło, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Kasza manna na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza manna	25g
Pasztet z drobiu	
Pasztet z drobiu	40g
-	
Pomidor	650g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Chleb pszenny	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
II Śniadanie: Andruty (I)	
Andruty z dżemem	
Andruty	40g
Obiad: Zupa koperkowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Hashe mięsne (gotowanie), Fasolka szparagowa gotowana, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa koperkowa z lanym ciastem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Mąka pszenna, typ 500	30g
Koper ogrodowy	15g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Jajo kurze całe	20g
Sól dodana [g]	1g
Hashe mięsne	
Mięso z piersi kurczaka, bez skóry-gulaszowe	110g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Olej rzepakowy	15g
Fasolka szparagowa gotowana	
Fasolka szparagowa, mrożona	100g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Pasta bułgarska (II,IV), Jabłko, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Pasta bułgarska	
Ser twarogowy	50g
Jaja kurze całe	15g
Ser, gouda, tłusty	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g

Pietruszka, liście	2g
-	
Jabłko	150g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Chleb pszenny	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z wędliną (I)	
Kanapka z wędliną	
Wędlina chuda	30g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Chleb pszenny	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2288,73
Białko [g]	103,31
Tłuszcze [g]	70,63
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	27,19
Węglowodany ogółem [g]	331,31
Błonnik [g]	24,19
Glukoza [g]	8,33
Fruktoza [g]	13,84
Sacharoza [g]	12,23
Laktoza [g]	13,75
Sód [mg]	1874,35
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	