04.06.2026r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Ser żółty (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Ser żółty	40g
Papryka	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Śniadanie: Sok pomidorowy	
Sok pomidorowy	
Sok pomidorowy	100g
Obiad: Zupa makaronowa (I,II,III), Klops mięsny (zapiekanie) (I,II, IV), Sałatka z brokułów, Buraki gotowane, 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
Sól dodana [g]	1g
Klops mięsny	
Mięso drobiowe-gulaszowe	100g
Bułki wrocławskie	10g
Jaja kurze całe	10g
Olej rzepakowy	15g
Sałatka z brokułów	
Brokuły	80g
Rzodkiewka	20g
Ogórek	30g
Olej rzepakowy	5g
Buraki gotowane	
Burak	150g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Podwieczorek: Wafle ryżowe	
Wafle ryżowe	30g
Kolacja: Kiełbasa żywiecka (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Kiełbasa żywiecka	40g
Chrzan z kefirem	
Chrzan	20g
Jabłko	10g

Kefir	5g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	30g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2025,60
Białko [g]	92,44
Tłuszcze [g]	59,42
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,61
Węglowodany ogółem [g]	287,00
Błonnik [g]	35,49
Glukoza [g]	5,25
Fruktoza [g]	5,49
Sacharoza [g]	14,06
Laktoza [g]	2,95
Sód [mg]	1836,12
Sól dodana [g]	3,00
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	