12.07.2026r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Ser żółty (II), Pomidor, Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Ser żółty	40g
Pomidor	50g
Papryka	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II śniadanie: Sok pomidorowy	
Sok pomidorowy	
Sok pomidorowy	100g
Obiad: Zupa makaronowa (I,II,III), Klops mięsny (zapiekanie)) (I,II,IV), Kalafior blanszowany, Sałatka z buraków i fasoli czerwonej, 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	25g
Klops mięsny	
Mięso wieprzowe-gulaszowe	50g
Mięso drobiowe-gulaszowe	50g
Bułki wrocławskie	20g
Jaja kurze całe	20g
Olej rzepakowy	5g
Kalafior blanszowany	
Kalafior blanszowany	150g
Sałatka z buraków i fasoli czerwonej	
Burak	100g
Fasolka flageolet, konserwowa	20g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	5g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper ogrodowy	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Podwieczorek: Kanapka z ogórkiem (I)	
Kanapka z ogórkiem	
Ogórek zielony	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Koper świeży	5g
Kolacja: Kiełbasa szynkowa (I,VII), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	

-	
Kiełbasa szynkowa	40g
Jabłko	200g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	40g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2065,35
Białko [g]	94,6
Tłuszcze [g]	71,05
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	24,98
Węglowodany ogółem [g]	282,61
Błonnik [g]	35,33
Glukoza [g]	9,59
Fruktoza [g]	17
Sacharoza [g]	16,47
Laktoza [g]	3,06
Sód [mg]	1935,87
Sól dodana [g]	2g
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	