20.07.2026r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ryż na mleku (II), Pasta bułgarska (I,II,IV), Pomidor, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Ryż na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Ryż	25g
Pasta bułgarska	
Ser twarogowy	50g
Jaja kurze całe	15g
Ser, gouda, tłusty	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Pietruszka, liście	2g
-	
Pomidor	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III), Kaszotto z warzywami (duszenie) (I,III), Sos pomidorowy (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
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Burak	100g
Kaszotto z warzywami	
Wieprzowina-gulaszowe	40g
Mięso z piersi kurczaka-gulaszowe	40g
Kasza jęczmienna, perłowa	80g
Olej rzepakowy	20g
Marchew	20g
Pietruszka korzeń	20g
Groszek zielony, mrożony	20g
Cukinia	20g
Fasola czerwona konserwowa	20g
Cebula	10g
Pietruszka, liście	2g
Sos pomidorowy	
Koncentrat pomidorowy, 30%	20g
Kefir, 2% tłuszczu	10g
Mąka pszenna, typ 500	5g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g

Kolacja: Kiełbasa żywiecka (I,II,III,IV,VI), Surówka z pora (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Kiełbasa żywiecka	40g
Surówka z pora	
Por	100g
Ogórki, konserwowe	30g
Olej rzepakowy	5g
Jabłko	20g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z papryką (I)	
Kanapka z papryką	
Papryka	40g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2 116,46
Białko [g]	92,33
Tłuszcze [g]	67,19
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	22,71
Węglowodany ogółem [g]	302,25
Błonnik [g]	36,02
Glukoza [g]	6,58
Fruktoza [g]	7,78
Sacharoza [g]	15,24
Laktoza [g]	13,31
Sód [mg]	1 942,83
Sól dodana [g]	2,00
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	