02.08.2026r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ser żółty (II), Jabłko, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Ser żółty	40g
Jabłko	150g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa pomidorowa z lanym ciastem (I,II,III,IV), Kurczak duszony z jarzynami (I,II,III), Sałatka z buraków i fasoli czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa pomidorowa z lany ciastem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Mąka pszenna, typ 500	30g
Koncentrat pomidorowy, 30%	20g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Jajo kurze całe	10g
Filet z kurczaka duszony z jarzynami	
Mięso z piersi kurczaka, bez skóry	110g
Olej rzepakowy	10g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Jogurt naturalny	20g
Sałatka z buraków i fasoli czerwonej	
Burak	100g
Fasolka flageolet, konserwowa	20g
Jabłko	40g
Olej rzepakowy	10g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper ogrodowy	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Pasta z twarogu i ryby (II,V), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Pasta z twarogu i ryby	
Ser twarogowy	60g
Śledź w sosie pomidorowym	10g
Pietruszka, liście	2g
-	
Ogórek zielony	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g

Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka rzodkiewką (I)	
Kanapka z rzodkiewką	
Rzodkiewka	20g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2031,38
Białko [g]	91,99
Tłuszcze [g]	64,96
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	22,15
Węglowodany ogółem [g]	283,98
Błonnik [g]	33,26
Glukoza [g]	7,01
Fruktoza [g]	13,31
Sacharoza [g]	17,03
Laktoza [g]	5,25
Sód [mg]	1752,80
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	