17.08.2026r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ryż na mleku (I,II)**,** Pasztet pieczony (I,II,IV), Ogórek kiszony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Ryż na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Ryż biały	25g
Pasztet pieczony	
Kurczak, tuszka	30g
Wieprzowina-gulaszowe łopatka	30g
Wątroba wieprzowa	10g
Słonina	10g
Olej rzepakowy	5g
Jaja kurze całe	10g
Bułka wrocławska	10g
Bułka tarta	5g
Margaryna mleczna	5g
Ogórek kiszony	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Bułka	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa grysikowa (I,III), Kaszotto z jarzynami (duszenie) (I), Sos pomidorowy (I,II), Kompot	
Zupa grysikowa	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Kapusta włoska	10g
Kasza manna	30g
Sól dodana [g]	1g
Kaszotto z jarzynami	
Wieprzowina-gulaszowe	80g
Kasza jęczmienna, perłowa	80g
Olej rzepakowy	5g
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: Pasta z twarogu i ryby (I,II,III,V,VI,VII), Jabłko, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Pasta z twarogu i ryby	

Ser twarogowy	60g
Śledź w sosie pomidorowym	10g
Pietruszka, liście	2g
-	
Jabłko	150g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z pomidorem (I)	
Kanapka z pomidorem	
Pomidor	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2122,36
Białko [g]	94,59
Tłuszcze [g]	71,64
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	25,08
Węglowodany ogółem [g]	295,28
Błonnik [g]	31,23
Glukoza [g]	6,44
Fruktoza [g]	9,84
Sacharoza [g]	9,43
Laktoza [g]	11,79
Sód [mg]	1 690,33
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	