22.09.2026r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Makaron na mleku (I,II), Twaróg z cebulką (II), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Makaron na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Makaron bezjajeczny	25g
Twaróg z cebulką	
Ser twarogowy	60g
Cebula	5g
Szczypiorek	2g
-	
Pomidor	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II Śniadanie: Budyń waniliowy bez cukru (I,II)	
Budyń waniliowy bez cukru	
Budyń waniliowy	10g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	150g
Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III), Filet z kurczaka gotowany z jarzynami (III), Surówka z cukinii i marchwi, Brukselka gotowana, Ziemniaki z koperkiem (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
Burak	100g
Filet z kurczaka gotowany z jarzynami	
Mięso z piersi kurczaka, bez skóry	110g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Surówka z cukinii i marchwi	
Cukinia	90g
Marchew	30g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	10g
Brukselka gotowana	
Brukselka	100g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	350g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g

Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Podwieczorek: Kanapka z rzodkiewką (I)	
Kanapka z rzodkiewką	
Rzodkiewka	20g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Kolacja: Kiełbasa kminkowa (I,VII), Chrzan z kefirem (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Kiełbasa kminkowa	40g
Chrzan z kefirem	
Chrzan	20g
Jabłko	10g
Kefir	5g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z papryką (I)	
Kanapka z papryką	
Papryka	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2022,15
Białko [g]	100,92
Tłuszcze [g]	54,86
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	18,96
Węglowodany ogółem [g]	298,07
Błonnik [g]	40,32
Glukoza [g]	7,53
Fruktoza [g]	8,32
Sacharoza [g]	20,08
Laktoza [g]	19,58
Sód [mg]	1662,81
Sól dodana [g]	1,00

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