23.09.2026r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Kukurydzianka na mleku (II), Jajko (gotowanie) (IV), Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Kukurydzianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kaszka kukurydziana	25g
Jajko gotowane	
Jaja kurze całe	50g
-	
Ogórek zielony	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Śniadanie: Kanapka z pasztetem (I,II,III,IV,VI,VII)	
Kanapka z pasztetem	
Pasztet z drobiu	30g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Obiad: Zupa koperkowa z makaronem (I,II,III), Schab gotowany z jarzynami (III), Brokuł gotowany, Ćwikła z jabłkiem, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa koperkowa z makaronem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Koper ogrodowy	5g
Makaron bezjajeczny	40g
Schab gotowany z jarzynami	
Wieprzowina, schab bez kości	100g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Olej rzepakowy	10g
Brokuł gotowany	
Brokuł	100g
Ćwikła z jabłkiem	
Burak	130g
Jabłko	20g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki, średnio	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot bez cukru	
Mieszanka owocowa	15g
Podwieczorek: Sok pomidorowy	

Sok pomidorowy	
Sok pomidorowy	100g
Kolacja: Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego	
Ser twarogowy	50g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Pietruszka, liście	2g
-	
Papryka	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z 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]	2106,88
Białko [g]	96,84
Tłuszcze [g]	60,44
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,06
Węglowodany ogółem [g]	310,86
Błonnik [g]	37,16
Glukoza [g]	6,10
Fruktoza [g]	6,71
Sacharoza [g]	14,76
Laktoza [g]	12,04
Sód [mg]	1783,15
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	