01.10.2026r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Kasza manna na mleku (I,II), Ser żółty (II), Papryka,, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Owsianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza manna	25g
-	
Ser żółty	40g
Papryka czerwona	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II Śniadanie: Kisiel owocowy bez cukru	
Kisiel owocowy bez cukru	
Kisiel owocowy	10g
Obiad: Zupa na smaku ogórka z ryżem (I,III), Hashe mięsne (gotowanie), Sałatka z buraków i fasoli czerwonej, Brokuły gotowane, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa na smaku ogórka z ryżem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Ogórek kwaszony	20g
Ryż biały	25g
Sól dodana [g]	1g
Hashe mięsne	
Mięso z piersi kurczaka, bez skóry-gulaszowe	110g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Olej rzepakowy	15g
Buraki gotowane	
Burak	150g
Sałatka z pora i kapusty pekińskiej	
Por	70g
Kapusta pekińska	50g
Jabłko	30g
Ogórek	20g
Olej rzepakowy	15g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g

Podwieczorek: Kefir (II)	
Kefir	
Kefir, 2% tłuszczu	200g
Kolacja: Kiełbasa kminkowa (I,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Kiełbasa kminkowa	40g
-	
Pomidor	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	40g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2 101,60
Białko [g]	100,65
Tłuszcze [g]	66,33
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,35
Węglowodany ogółem [g]	282,42
Błonnik [g]	32,12
Glukoza [g]	5,86
Fruktoza [g]	7,02
Sacharoza [g]	21,63
Laktoza [g]	17,90
Sód [mg]	1929,22
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	