08.10.2026r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Kukurydzianka na mleku (I,II), Twaróg z pietruszką zieloną (II), Sałatka z pomidora i cebuli, Ogórek zielony, Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Kukurydzianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kaszka kukurydziana	25g
Twaróg z pietruszką zieloną	
Ser twarogowy półtłusty	80g
Pietruszka, liści	2g
Sałatka z pomidora i cebuli	
Pomidor	60g
Cebula	10g
Pietruszka, liście	1g
-	
Ogórek zielony	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem (I,II,III), Filet z piersi kurczaka duszony z jarzynami (I,II,III), Surówka sezonowa z olejem, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa pomidorowa z ryżem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Koncentrat pomidorowy, 30%	20g
Ryż biały	25g
Filet z piersi kurczaka duszony z jarzynami	
Mięso z piersi kurczaka, bez skóry	110g
Olej rzepakowy	10g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Surówka sezonowa z olejem	
Kapusta biała	100g
Por	10g
Jabłko	20g
Ogórki, konserwowe	20g
Pietruszka, liście	2g
Papryka czerwona, konserwowa	20g
Olej rzepakowy	10g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g

Margaryna miękka 70% tłuszczu z witaminami A i D	5g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Aronia mrożona	15g
Kolacja: Szynka z indyka (I,II,III,VI,VII), Surówka z cukinii i marchwi z olejem, Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Szynka z indyka	60g
Surówka z cukinii i marchwi z olejem	
Cukinia	70g
Marchew	50g
Jabłko	20g
Olej rzepakowy	10g
-	
Papryka	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Jogurt naturalny (II)	
Jogurt naturalny	
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	150g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2 120,55
Białko [g]	103,19
Tłuszcze [g]	68,18
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	19,38
Węglowodany ogółem [g]	287,15
Błonnik [g]	33,00
Glukoza [g]	9,05
Fruktoza [g]	10,34
Sacharoza [g]	10,94
Laktoza [g]	19,02
Sód [mg]	1 933,77
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	