13.10.2026r.	
Dieta łatwostrawna dla dzieci i młodzieży	
Śniadanie: Kasza jęczmienna na mleku (I,II), Pasta bułgarska (I,II,IV), Jabłko, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Kasza jęczmienna na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza jęczmienna, perłowa	25g
Pasta bułgarska	
Ser twarogowy	50g
Jaja kurze całe	15g
Ser żółty	10g
Koncentrat pomidorowy	5g
Pietruszka zielona	2g
-	
Jabłko	150g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Chleb pszenny	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
II Śniadanie: Kisiel owocowy	
Kisiel owocowy	
Kisiel owocowy	20g
Obiad: Żurek z ziemniakami (I,II,III), Makaron z sosem bolognese (duszenie) (I,II,IV), Kompot	
Żurek z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Jogurt naturalny	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Mąka żytnia, typ 720	10g
Boczek wędzony bez kości	5g
Ziemniaki	200g
Makaron z sosem bolognese	
Mięso z piersi kurczaka-gulaszowe	80g
Makaron czterojajeczny	80g
Olej rzepakowy	10g
Marchew	20g
Pietruszka korzeń	20g
Seler korzeniowy	20g
Pomidor	60g
Koncentrat pomidorowy, 30%	30g
Margaryna mleczna	5g
Pietruszka, liście	2g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Kiełbasa żywiecka (I,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Kiełbasa żywiecka	40g

Pomidor	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Chleb pszenny	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z dżemem (I)	
Kanapka z dżemem	
Dżem	15g
Chleb pszenny	30g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2166,81
Białko [g]	92,55
Tłuszcze [g]	58,22
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	24,78
Węglowodany ogółem [g]	336,43
Błonnik [g]	23,69
Glukoza [g]	9,86
Fruktoza [g]	15,65
Sacharoza [g]	18,51
Laktoza [g]	11,46
Sód [mg]	1734,83
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	