04.11.2026r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Kasza manna na mleku (I,II), Kiełbaska (I,II,III,IV,VI,VII), Ketchup, Surówka z pora, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Kasza manna na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kasza manna	25g
-	
Kiełbaska	65g
Ketchup	15g
Surówka z pora	
Por	100g
Ogórki, konserwowe	30g
Olej rzepakowy	5g
Jabłko	20g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	50g
Herbata	1g
II Śniadanie: Kanapka z ogórkiem (I)	
Kanapka z ogórkiem	
Ogórek zielony	40g
Olej rzepakowy	5g
Pieczywo razowe	30g
Koper świeży	5g
Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami (I,II,III), Hashe mięsne (gotowanie), Surówka z marchwi i jabłka (II), Mizeria z jogurtem naturalnym (II), Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Barszcz czerwony z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	10g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Ziemniaki, średnio	200g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	20g
Burak	100g
Sól dodana [g]	1g
Hashe mięsne	
Wieprzowina, łopatka-gulaszowe	50g
Mięso z piersi kurczaka, bez skóry-gulaszowe	50g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Olej rzepakowy	10g
Surówka z marchwi i jabłka	
Marchew	100g
Jabłko	20g
Kefir, 2% tłuszczu	5g
Mizeria z jogurtem naturalnym	
Ogórek	150g

Jogurt naturalny	20g
Koper ogrodowy	2g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem b/c	
Kisiel z jabłkiem b/c	
Kisiel owocowy	10g
Jabłko	10g
Kolacja: Pasztet z drobiu (I,II,III,VI,VII), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
-	
Pasztet z drobiu	40g
Pomidor	50g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	80g
Herbata	1g
Cukier	10g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	30g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2120,96
Białko [g]	86,15
Tłuszcze [g]	67,30
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,23
Węglowodany ogółem [g]	306,49
Błonnik [g]	37,57
Glukoza [g]	8,11
Fruktoza [g]	9,66
Sacharoza [g]	24,18
Laktoza [g]	12,43
Sód [mg]	1992,84
Sól dodana [g]	2g

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