10.11.2026r.	
Dieta łatwostrawna dla dzieci i młodzieży	
Śniadanie: Makaron na mleku (I,II), Pasztet drobiowy (I,II,III,IV,VI,VII), Jabłko, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Makaron na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Makaron bezjajeczny	25g
Pasztet z drobiu	
Pasztet z drobiu	40g
-	
Jabłko	150g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Chleb pszenny	50g
Bułka pszenna	50g
Herbata	1g
II Śniadanie: Sok owocowy	
Sok owocowy	
Sok owocowy	200g
Obiad: Zupa kalafiorowa z ziemniakami (I,II,III), Gulasz drobiowy (duszenie) (I,II), Surówka z marchwi i jabłka (II), Kasza jęczmienna (II), Kompot	
Zupa kalafiorowa z ziemniakami	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Jogurt naturalny	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Kalafior	30g
Ziemniaki, średnio	200g
Sól dodana [g]	1g
Gulasz drobiowy	
Mięso drobiowe-gulaszowe	100g
Marchew	30g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	10g
Śmietana, 18% tłuszczu	10g
Olej rzepakowy	20g
Mąka pszenna, typ 500	5g
Pietruszka, liście	5g
Surówka z marchwi i jabłka	
Marchew	130g
Jabłko	20g
Kefir, 2% tłuszczu	5g
Kasza jęczmienna	
Kasza jęczmienna, perłowa	80g
Olej rzepakowy	5g
Koper zielony	10g
Sól dodana [g]	1g

Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Pasta ryby gotowanej z pietruszką zieloną (II,V), Pomidor, Masło (II), Pieczywo pszenne (I), Herbata z cytryną	
Pasta z ryby gotowanej z pietruszką zieloną	
Morszczuk, świeży	80g
Ser twarogowy	10g
Olej rzepakowy	10g
Pietruszka, liście	2g
-	
Pomidor	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Chleb pszenny	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z twarogiem (I,II)	
Kanapka z twarogiem	
Ser twarogowy	30g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Chleb pszenny	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2302,33
Białko [g]	94,26
Tłuszcze [g]	78,30
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	21,33
Węglowodany ogółem [g]	236,19
Błonnik [g]	29,37
Glukoza [g]	11,54
Fruktoza [g]	18,23
Sacharoza [g]	20,03
Laktoza [g]	11,69
Sód [mg]	1731,75
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	