12.11.2026r.	
Dieta podstawowa	
Śniadanie: Ryż na mleku (II), Kiełbaska (I,II,III,IV,VI,VII), Ketchup, Surówka z białej rzodkwi i marchwi (II), Masło (II), Pieczywo mieszane (I), Herbata z cytryną	
Ryż na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Ryż biały	25g
Kiełbaska gotowana	
Kiełbaska	65g
Surówka z białej rzodkwi i marchwi	
Rzodkiewka	50g
Marchew	50g
Kefir, 2% tłuszczu	20g
-	
Ketchup	15g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	30g
Bułka razowa	50g
Herbata	1g
Obiad: Zupa z zielonego groszku z makaronem (I,II,III), Pieczeń wieprzowa (duszenie) (I,II), Sałatka z kapusty czerwonej, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa z zielonego groszku z makaronem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	20g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka, liście	10g
Mąka pszenna, typ 500	10g
Groszek zielony, konserwowy, bez zalewy	50g
Makaron bezjajeczny	25g
Sól dodana [g]	1g
Pieczeń wieprzowa	
Wieprzowina, łopatka	120g
Mąka pszenna, typ 500	5g
Śmietana, 18% tłuszczu	5g
Cebula	5g
Olej rzepakowy	10g
Sałatka z kapusty czerwonej	
Kapusta czerwona	150g
Por	10g
Olej rzepakowy	10g
Pietruszka, liście	2g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Kolacja: Twaróg z cebulką (II), Pomidor, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	

Twaróg z cebulką	
Ser twarogowy	60g
Cebula	5g
Szczypiorek	2g
-	
Pomidor	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	5g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z serkiem topionym (I,II)	
Kanapka z serkiem topionym	
Ser topiony	17,5g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2102,93
Białko [g]	95,55
Tłuszcze [g]	69,83
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	23,82
Węglowodany ogółem [g]	285,32
Błonnik [g]	31,86
Glukoza [g]	7,15
Fruktoza [g]	5,65
Sacharoza [g]	8,92
Laktoza [g]	13,47
Sód [mg]	1921,28
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	