13.11.2026r.	
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	
Śniadanie: Kukurydzianka na mleku (I,II), Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego (II), Papryka, Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Kukurydzianka na mleku	
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	200g
Kaszka kukurydziana	25g
Pasta z twarogu i koncentratu pomidorowego	
Ser twarogowy	70g
Koncentrat pomidorowy, 30%	5g
Pietruszka zielona	2g
-	
Papryka	50g
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Śniadanie: Budyń waniliowy bez cukru (I,II)	
Budyń waniliowy	
Budyń bez cukru	10g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	150g
Obiad: Zupa na smaku ogórka z ryżem (I,II,III), Jajko sadzone (IV), Surówka z marchwi i jabłka (II), Sałatka z kalafiora, Ziemniaki z koperkiem (II), Kompot	
Zupa na smaku ogórka z ryżem	
Kurczak, tuszka	15g
Marchew	25g
Pietruszka, korzeń	10g
Seler korzeniowy	5g
Pietruszka zielona	10g
Mąka pszenna	10g
Ogórek kwaszony	20g
Ryż biały	40g
Sól dodana [g]	1g
Jajko sadzone	
Jaja kurze całe	50g
Olej rzepakowy	15g
Surówka z marchwi i jabłka	
Marchew	130g
Jabłko	20g
Kefir, 2% tłuszczu	5g
Sałatka z kalafiora	
Kalafior	80g
Rzodkiewka	20g
Ogórki, konserwowe	30g
Olej rzepakowy	5g
Ziemniaki z koperkiem	
Ziemniaki	400g
Mleko spożywcze, 2% tłuszczu	20g
Koper świeży	10g
Sól dodana [g]	1g

Kompot	
Mieszanka owocowa	15g
Podwieczorek: Kefir (II)	
Kefir	
Kefir	150g
Kolacja: Pasta z ryby gotowanej z pietruszką zieloną (II,V), Surówka z pora (II), Masło (II), Pieczywo razowe (I), Herbata z cytryną	
Pasta z ryby gotowanej z pietruszką zieloną	
Morszczuk, świeży	100g
Olej rzepakowy	5g
Pietruszka zielona	2g
Surówka z pora	
Por	50g
Ogórki, konserwowe	20g
Jabłko	20g
Kefir	5g
-	
Masło ekstra, 83% tłuszczu	10g
Pieczywo razowe	100g
Herbata	1g
II Kolacja: Kanapka z pomidorem (I)	
Kanapka z pomidorem	
Pomidor	40g
Olej rzepakowy	10g
Pieczywo razowe	30g
Pietruszka zielona	5g
Dobowa suma wartości energetycznej (kcal) i wartości odżywczej	
Wartość energetyczna [kcal]	2221,61
Białko [g]	98,55
Tłuszcze [g]	67,58
Nasycone kwasy tłuszczowe [g]	22,24
Węglowodany ogółem [g]	321,94
Błonnik [g]	37,14
Glukoza [g]	8,15
Fruktoza [g]	9,31
Sacharoza [g]	15,30
Laktoza [g]	26,24
Sód [mg]	1876,73
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	