|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **I PODSTAWOWA** | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez mleka)** | **I ELIMINACYJNA (bez selera)** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
|  **1.02.2024 CZWARTEK**  |  **śniadanie** | Herbata 250ml, masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, pasta z twarogu i szczypiorku 70g **7**, pasztet wieprzowy zapiekany 50g **(1,6,9),** mandarynka 1szt  | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**, bułki 50g **1**, pasta z twarogu i pietr. ziel.70g **7**,sok marchewkowy 200ml | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**, bułki 50g **1**, pasta z twarogu i pietr. ziel. 70g **7,**sok marchewk. 200ml | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7)**, pasta z twarogu i pietr.ziel. 70g **7** | Herbata 250ml , masło 20g **7**,.chleb pszenno -żytni 100g **(1,18)**, jajko 60g **3**,pasztet wieprz. zap. 50g **(1,6,9)** mandarynka 1szt | Herbata 250ml, masło 20g.**7,** chleb pszenno –żytni 100g**.(1**,**18)**, pasta z twarogu i szczypiorku 70g **7**, pasztet wieprz. zap. 50g **(1,6,9),** mandarynka 1szt | Herbata b/cukru 250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**, graham 65g **(1,16)**, pasta z twarogu i pietr.ziel. 70g **7**,sok pomidorowy 200ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16) ,**pasta z twarogu i szczypiorku 70g **7**,pomidorki coctailowe 35g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16),**pasta z twarogu i szczypiorku 70g **7**,pomidorki coctailowe 35g |
| **II śni** |   | Herbata , bułka 50g **1**,masło 10g **7**,pasztet z drob. 30g **(1,6,9)** |
|  **Obiad** | Krupnik 400ml **(1,7)** , eskalopki wieprzowe 100g **(1,3,7),** ziem 200g **7,** marchewka 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Selerowa -krem z grz.400ml **(1,7,9),** pulpety wołowe pieczone w jarz 80g **3,** sos koperkowy 70ml **(1,7),**ziem 200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Selerowa -krem z grz.400ml **(1,7,9),** pulpety woł. piecz. w jarz. 80g **3**, sos koperkowy 70ml **(1,7),**ziem.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Groszkowa -krem z grz b/śmiet.400ml **1**, sznycel wieprzowy 100g **(1,3),** ziem.200g **7,** marchewka 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Groszkowa -krem z grz .400ml **(1,7)** , eskalopki wieprzowe 100g,ziem 200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Selerowa -krem z grz 400ml,pulety woł. piecz w jarz.80g **3**, sos koperkowy 70ml **(1,7),**ziem 200g.**7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml |  Selerowa -krem z grz.400ml.pulety woł . piecz w jarz 80g **3**, sos koperkowy 70ml **(1,7),**ziem.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłka z olejem 100g, kompot z jabłek 250ml |
| **PD** |  | Herbata, masło10g **7**,graham 60g **(1,16),**rzodkiewka 20g |
|  **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**,szynka got.50g, dressing ogórkowy 80g **7** | Herbata 250ml,masło 20g **7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1**,szynka got.50g,sałata ziel. 10g, sos warzywny z jog.70g **7** | Herbata 250ml,masło 20g**. 7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**,szynka got. 50g,sałata ziel.10g,sos warzywny z jog.70g **7** | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7)**,szynka got.50g,sałata ziel.10g | Herbata 250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, szynka got.50g, dressing ogórkowy z sosem winegret 80g | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g, (**1,18)**,szynka got. 50g, dressing ogórkowy 80g **7** | Herbata 250ml , masło 20g**.7,** chleb 50g.( **1,18)**, graham 65g. **1**,szynka got 50g.sałata ziel. 10g, sos warzywny z jog 70g **7** | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),**szynka got.50g, dressing ogórkowy z jog.80g 7 | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,.chleb pszenno –żytni 50g.(**1,18),** graham 65g (**1,16),** szynka got 50g. dressing ogórkowy z jog 80g **7** |
| **PN** |  Jogurt nat.150ml **7**,pieczywo chrupkie 2szt **1** |  Jogurt nat.150ml **7**,pieczywo chrupkie 2szt **1** |  Sok Kubuś 300ml Jogurt nat. 150ml **7**, pieczywo chrupkie 2szt **1**    |  Jogurt nat.150ml **7**,pieczywo chrupkie 2szt **1**  |
|  **Wart. odżywcza** | E kcal-2421.60B -96T -105.10Kw tł.nas –42.80 W -287.30W tym cukry -63.20Bł -27.80Sól – 7.50 | E kcal-2032B -79.80T -57.30Kw tł.nas –31.10 W -308W tym cukry -77.30Bł -29.40Sól – 7.10 | E kcal-2032B -79.80T -57.30Kw tł.nas –31.10 W -308W tym cukry -77.30Bł -29.40Sól – 7.10 | E kcal-2463.50B -106T -71.10Kw tł.nas –39.20 W -363.10W tym cukry -90.80Bł -26.70Sól – 7.70 | E kcal-2350.10B -78.20T -100.30Kw tł.nas –37.80 W -299.30W tym cukry -71.60Bł -31.60Sól – 6.40 | E kcal-2421.60B -96T -105.10Kw tł.nas –42.80 W -287.30W tym cukry -63.20Bł -27.80Sól – 7.50 | E kcal-2006B -83.30T -58.30Kw tł.nas –31.40 W -283.30W tym cukry -46.80Bł -36.20Sól – 8.10 | E kcal-2014B -89.20T -59Kw tł.nas –42W -298W tym cukry -41.30Bł -39.40Sól – 8.80 | E kcal-2661B -100.10T -100Kw tł.nas – 55W -361.50W tym cukry -55Bł -44.90Sól – 10 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu