|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | | | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez mleka)** | **I WEGETARIAŃSKA** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **22.02.2024 CZWARTEK** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g(**1,18),**parówka wiedeńska 100g – 2szt **(1,6,7,10),** ketchup 30g,  ogórek świeży 50g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1,** wędlina drob.50g, ketchup jarzyn.40g **9** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,**parówka wiedeńska 100g- 2szt **(1,6,7,10),**ketchup jarzyn.40g **9** | | | Herbata250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g**1**,grysik na mleku 400ml (**1,7)**, wędlina drob.50g | Herbata 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** parówka wiedeńska 100g- 2szt **(1,6,7,10) ,** ketchup 30g 9, ogórek świeży 50g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**, chleb pszenno -żytni 100g **(1,18),**ser żółty 50g **7**,ogórek świeży 50g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1,7, 16, 18)**, masło 20g**7,** chleb pszenno – żytni 50g (**1,18)**, graham 65g**(1,16),** parówka wiedeńska 100 g- 2 szt **(1,6,7,10),** ketchup jarz.40g **9** | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml**(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g(**1,16),**parówka wiedeńska 100g – 2szt **(1,6,7,10),** ketchup jarz. 40g **9**,rzodkiewka 20g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),**parówka wiedeńska 100g – 2szt **(1,6,7,10),** ketchup jarz.40g **9,** rzodkiewka 20g |
| **II śni** |  | | | | | | | | | | Herbata b/ c 250ml. masło 10g**7**,graham 65g**1,**jajko 60g **3** |
| **Obiad** | Brokułowa -krem z grz 400ml **(1,7,9)** schab faszerowany śliwką 80g,sos naturalny 100ml **(1,7),**ziem.200g **7,** surówka z selera i jabłka z jogurtem i śmietaną 150g **(7,9),** kompot z wiśni 250ml | Selerowa-krem z grz400ml **(1,7,9)** , schab piecz w jarz. 80g , sos koperkowy 100ml **(1,7),** ziemn.200g **7,**ćwikła z jabłkiem got 180g.kompot z wiśni 250ml | Selerowa-krem z grz400ml **(1,7,9)** , schab piecz w jarz 80g , sos koperkowy 100ml **(1,7),** ziemn.200g **7,**ćwikła z jabłkiem got 180g.kompot z wiśni 250ml | | | | Brokułowa -krem z grz b/śmiet 400ml **(1,7,9)** schab faszerowany śliwką 80g.sos naturalny 100ml **,**surówka z selera i jabłka b/ jogurtu i śmietany 150g **9,** kompot z wiśni 250ml | Brokułowa -krem z grz 400ml **(1,7,9)** ryba smażona 110ml **(1,3,4),** ziem.200g **7**,surówka z selera i jabłka z jogurtem i śmietaną 150g **(7,9),** kompot z wiśni 250ml | Selerowa-krem z grz400ml **(1,7,9)** , schab piecz w jarz 80g , sos koperkowy 100ml **(1,7),** ziemn.200g **7 ,** ćwikła z jabłkiem got. 180g,kompot z wiśni b/ cukru 250ml | Selerowa-krem z grz400ml **(1,7,9)** , schab piecz w jarz 80g , sos koperkowy 100ml **(1,7),** ziemn.200g **7,**ćwikła z jabłkiem got 180g.fasola szparagowa z bułką tartą 100g **1**,kompot z wiśni 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | Herbata b/c , masło10g **7**, graham 65g **(1,16),** szczypiorek 20g |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**,ser homog. nat.50g **7**,kiełb drob pods 50g. jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g. **7,** chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** bułki 50g**1**, ser homog. nat.50g **7**, kiełb drob pods.50g, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g. **7,** chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** bułki 50g**1**, ser homo nat .50g**7**,kiełb drob pods 50g,jabłko pieczone 150g | | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1** grysik na mleku 400ml (**1,7)**, ser homog. nat.50g **7**, kiełb. drob pods. 50g | | Herbata250ml,masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**,kiełb. drob.pods 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**,ser homog. nat. 70g, jabłko pieczone 150g | Herbata b/ cukru 250ml,masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g **(1,16),** ser homog. nat 50g **7,**kiełb. drob.pods. 50g,jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),**graham65g (**1,16)** , ser homog. nat. 50g, kiełb drob pods 30g. jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),**graham65g (**1,16)** , ser homog. nat. 50g, kiełb drob pods 30g. jabłko pieczone 150g |
| **PN** | Jogurt owocowy 150ml **7** | | Jogurt owocowy 150ml **7** | | | | Sok pomid.300ml | Jogurt owocowy150ml **7** | Jogurt nat.150ml **7** | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal- 2422.40  B -96.80  T -97.30  Kw tł.nas -45.70  W –302.30  w tym cukry-77.40  Bł -33.80  Sól -5.30 | E kcal- 2333.10  B -110.50  T -73.50  Kw tł.nas -39.70  W –318.00  w tym cukry-79.20  Bł -30.10  Sól- 5.40 | E kcal- 2597.30  B -112.60  T -101.80  Kw tł.nas -49.40  W –318.40  w tym cukry-89.20  Bł -30.20  Sól -6.30 | E kcal- 2793.04  B -129.90  T -94.80  Kw tł.nas -50.20  W –381.50  w tym cukry-106.60  Bł -31.60  Sól -5.70 | | | E kcal- 2167.60  B -79.90  T -87.60  Kw tł.nas -36.60  W –278  w tym cukry-65.70  Bł -36.60  Sól -6.90 | E kcal- 2131.80  B -84.20  T -73.30  Kw tł.nas -42.70  W –295  w tym cukry-71.40  Bł -32.80  Sól -4.60 | E kcal- 2463.00  B -108.50  T -98.50  Kw tł.nas -47.20  W –299.30  w tym cukry-63.60  Bł -36.80  Sól -6.50 | E kcal- 2365.30  B -108.60  T -98.50  Kw tł.nas -47.20  W –299.80  w tym cukry-63.80  Bł -37.10  Sól -6.50 | E kcal- 2756.80  B -115.30  T -108.10  Kw tł.nas -52.70  W –348.80  w tym cukry-67.00  Bł -44.20  Sól -7.10 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu