|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | | | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez selera)** | **I ELIMINACYJNA ( bez mleka)** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **26.02.2024 PONIEDZIAŁEK** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18)** **,** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**, szynka golonkowa 50g,sałatka z brokułem i jarzynami 80g **7** | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**, płatki owsiane na mleku 400ml**(7,17),** powidło 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**, płatki owsiane na mleku 400ml**(7,17),** powidło 50g, jabłko pieczone 150g | | | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),** powidło 50g, jabłko pieczone 100g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18)** **,** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytnie 100g(**1,18)**, szynka golonkowa 50g,sałatka z brokułem i jarzynami 80g **7** | Herbata 250ml **,** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytnie 100g(**1,18)**, szynka golonkowa 50g,sałatka z brokułem i jarzynami z sosem winegret 80g. | Kawa z mlekiem b /cukru 250ml **(1,7, 16, 18),** masło 20g **7**,chleb 50g(**1,18),** graham 65g(**1,16)**, twaróg 70g **7**,jabłko pieczone 150g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g **7,**chleb 50g (**1,18)**, graham 65g(**1,16)** , szynka golonkowa 50g, jogurt z goszkiem ziel. i rzodkiewką 70g **7** | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g **7,**chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)** , szynka golonkowa 50g, jogurt z groszkiem ziel. i rzodkiewką 70g **7** |
| **II śni** |  | | | | | | | | | | Herbata b/ c , graham 65g **1,** masło 10g**7**,jajko got.60g **3** |
| **Obiad** | Żurek z ziem i białą kiełbasą ( 50g) 400ml **(1,7,9),**racuchy z jabłkami 250g **(1,3,7),**coctail wiśniowy 100ml **7** , kompot z aronii 250ml | Ziemniaczana 400ml **(1,7,9**), makaron z serem 350g **(1,7),**muss jabłkowy 150g**,** kompot z aronii 250ml | Żurek z ziem 400ml **(1,7,9**), makaron z serem 350g **(1, 7),** muss jabłkowy 150g, kompot z aronii 250ml | | | | Żurek z ziem i białą kiełbasą ( 50g) 400ml **(1,7,9),** racuchy z jabłkami 250g **(1,3,7),**coctail wiśniowy 100ml **7**, kompot z aronii 250ml | Żurek z ziem i białą kiełbasą ( 50g) b/śmietany 400ml **(1,7,9),** makaron 150g **1**,muss jabłkowy 150g , kompot z aronii 250ml | Żurek z ziem 400ml **(1,7,9**), makaron z serem 350g **(1,7),** muss jabłkowy 150g,kompot z aronii 250ml | Żurek z ziem 400ml **(1,7,9**), makaron z serem 350g **(1,7),** surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g **7,** kompot z aronii 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | Surówka z selera , jabłka i pomarańczy (3szt) z jogurtem 100g( **7,9)** |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18) ,**ser żółty 50g **7**,sał. z ogórka kisz. i marchewki 60g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,**pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g,pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,** pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, pomidor b/s 50g | | Herbata250ml,masło 20g**7,** chleb 50g **(1,18),** bułki 50g**1**,grysik na mleku 400ml**(1,7),**pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g,pomidor b/s 50g | | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18) ,** ser żółty 50g **7**,sał. z ogórka kisz. i marchewki 60g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18) ,**pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g,pomidor b/s 50g | Herbata b/ cukru 250ml,masło 20g **7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1,16),** pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g,pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g(**1,18),** graham 65g (**1,16),**pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g,pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g(**1,18),** graham 65g (**1,16),**pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g,pomidor b/s 50g |
| **PN** | Jogurt owocowy 150ml **7** | | Jogurt owocowy 150ml **7** | | | | Jogurt owocowy 150ml **7** | Sok Kubuś 300ml | Jogurt nat.150ml **7** | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2752.80  B -76.90  T -132.50  Kwtł.nas -43.50  W –325.10  w tym cukry -67.40  Bł -29.80  Sól –9.00 | E kcal-2310.70  B -79.40  T -60.00  Kw tł.nas -32.00  W –373,60  w tym cukry -108.70  Bł -29.20  Sól –2.80 | E kcal-2310.70  B -79.40  T -60.00  Kw tł.nas -32.00  W –373,60  w tym cukry -108.70  Bł -29.20  Sól –2.80 | E kcal-2585.20  B -92.80  T -65.70  Kw tł.nas -35.80  W –410.00  w tym cukry -125.70  Bł -28.70  Sól –3.20 | | | E kcal-2752.80  B -76.90  T -132.50  Kwtł.nas -43.50  W –325.10  w tym cukry -67.40  Bł -29.80  Sól –9.00 | E kcal-2339.70  B -66.30  T -66.80  Kw tł.nas -30.70  W –328.50  w tym cukry -52.80  Bł -30.70  Sól –7.60 | E kcal-2308.90  B -92.90  T -60.60  Kw tł.nas -32.60  W –360.80  w tym cukry -71.10  Bł -34.30  Sól –3.30 | E kcal-2223.80  B -99.80  T -61,70  Kw tł.nas -31.60  W –332.60  w tym cukry -44.00  Bł -32.80  Sól –4.80 | E kcal-2494.50  B -110.40  T -66.70  Kw tł.nas -36.00  W –381.60  w tym cukry -58.40  Bł -38.90  Sól –5.50 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu