|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **I PODSTAWOWA** | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez jaj )** | **I ELIMINACJNA (bez selera )**  | **X/VII Cukrzycowo -wątrobowa** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
|  **29.02.2024 CZWARTEK** |  **śniadanie** | Herbata 50ml **,** masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, pasta z twarogu i sardynek w oleju ze szczyp.70g **(4,7),** pomidorki coctailowe 35g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g(**1,18),**bułki 50g **1**,twaróg z koperkiem 70g **7,** sok Kubuś 300ml | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g(**1,18),**bułki 50g **1**,twaróg z koperkiem 70g **7,** sok Kubuś 300ml | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g(**1,18),** bułki 50g **1,** grysik na mleku 400ml (**1,7)**, twaróg z koperkiem 50g **7**,sok Kubuś 300ml | Herbata 50ml **,** masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, pasta z twarogu i szprotek w oleju ze szczyp. 70g **(4,7),**pomidorki coctailowe 35g | Herbata 50ml **,** masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, pasta z twarogu i szprotek w oleju ze szczyp. 70g **(4,7),**pomidorki coctailowe 35g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, twaróg z koperkiem 70g **7**,sok Kubuś 300ml | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml(**1,7,16,18)**, masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, pasta z twarogu i sardynek w oleju ze szczyp70g **(4,7),** rzodkiewka 20g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml(**1,7,16,18)**, masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, pasta z twarogu i sardynek w oleju ze szczyp. 70g **(4,7),** rzodkiewka 20g |
| II śni |  | Herbata b/c, graham 65g **1**,masło 10g**7**,wędlina drob. 30g |
|  **Obiad** | Rosół z makaronem 400ml **(1,7,9),**kotlet z piersi indyka 110g **(1,3),** ziem.200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Grysikowa 400ml (**1,7,9),** pierś z indyka piecz.w jarz. 130g**,** ziem.200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Grysikowa 400ml (**1,7,9),** pierś z indyka piecz. w jarz. 130g**,** ziem.200g **7,** buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Rosół z makaronem . 400ml **(1,7),**pierś z indyka piecz w jarz 80 g, ziem 200g. buraczki 180g. kompot z jabłek 250ml | Rosół z makaronem b/selera 400ml **(1,7),**kotlet z piersi indyka 110g, ziem 200g. buraczki 180g. kompot z jabłek 250ml | Grysikowa 400ml (**1,7,9),** pierś z indyka piecz w jarz 130g**,** ziem200g. buraczki 180g. kompot z jabłek b/ cukru 250ml | Grysikowa 400ml (**1,7,9),** pierś z indyka piecz.w jarz. 130g**,** ziem.200g **7,** buraczki 180g **(1,7),**surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100g **7**, kompot z jabłek 250ml |
| **PD** |  | Herbata b/c ,masło10g **7**,graham 65g**(1,16),** szczypiorek 20g |
|  **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g(**1,18),**salceson wieprzowy 70g **(1,6,10),** musztarda 30g **10,**jabłko surowe 250g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1**,pasta z mięsa wołowego i jarzyn 50g,jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1**,pasta z mięsa wołowego i jarzyn 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7)**,pasta z mięsa wołowego i jarzyn 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** salceson wieprzowy 70g **(1,6,10),**musztarda 30g **10**, jabłko surowe 250g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** salceson wieprzowy 70g **(1,6,10),** musztarda 30g **10**,jabłko surowe 250g  | Herbata b/ cukru 250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**, graham 65g(**1,16)**, pasta z mięsa wołowego i jarzyn 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18) ,**graham65g (**1,16),**pasta z mięsa wołowego i jarzyn 50g,jabłko surowe 250g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18) ,** graham 65g (**1,16),**pasta z mięsa wołowego i jarzyn 50g,jabłko surowe 250g |
| **PN** | Jogurt nat.150ml, **7** pieczywo chrupkie 2szt **1** | Jogurt nat.150ml **7**,pieczywo chrupkie 2szt **1** | Jogurt nat. 150ml **7**, pieczywo chrupkie 2szt **1** | Jogurt nat.150ml **7,** pieczywo chrupkie 2szt **1** | Jogurt nat.150ml **7**,pieczywo chrupkie 2szt **1** |
| **Wart. odżywcza** | E kcal- 2145.10B -90.20T -73.90Kw tł.nas -36.60W –290.70w tym cukry -61.20Bł -28.30Sól -5.20 | E kcal- 2177.10B -92.20T -62Kw tł.nas -33.80W –325.20w tym cukry -116.90Bł -31.10Sól -5 | E kcal- 2177.10B -92.20T -62Kw tł.nas -33.80W –325.20w tym cukry -116.90Bł -31.10Sól -5 | E kcal- 2563.50B -107.30T -69.80Kw tł.nas -38.10W –390w tym cukry -135.90Bł -32.60Sól -5.70 | E kcal- 2040.70B -86.60T -72.60Kw tł.nas -36.30W –270.60w tym cukry -61.70Bł -27.10Sól -5 | E kcal- 2142.20B -90.10T -93.90Kw tł.nas -36.60W –289.90w tym cukry -61Bł -27.80Sól -5.20 | E kcal- 2144.50B -94.90T -62.70Kw tł.nas -34W –315.90w tym cukry -101.10Bł -37.70Sól -5.70 | E kcal- 2101.70B -97.90T -64.20Kw tł.nas -34.40W –297.30w tym cukry -83.20Bł -36Sól -5.80 | E kcal- 2556.30B -112.70T -83.10Kw tł.nas -45.80W –356.30w tym cukry -84.40Bł -41.20Sól -7.40 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu