|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | | | **PAPKOWATA** | **X ELIMINACYJNA ( bez mleka)** | **X BOGATOBIAŁKOWA** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **02.04.2024 r WTOREK** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18),**masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g, awanturka z twarogu 70g **7**, filet z indyka prasowany 50g. barszczyk czerwony 200ml | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1,** twaróg z koperkiem 70g **7**,filet z indyka prasowany 50g,sok marchewkowy 150ml | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18**), masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g**1,** twaróg z koperkiem 70g **7**,filet z indyka prasowany 50g. sok marchewkowy 150ml | | | Herbata 250ml, masło 20g**.7,** chleb 50g. (**1,18)** , bułki 50g**. 1** ,grysik na mleku 400ml (**1,7)**, twaróg z koperkiem 50g **7,**filet z indyka prasowany 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb 50g (**1,18)**,graham 65g (**1,16**) , jajko got.120g **3**, jabłko pieczone 150g | Kawa b/cukru 250ml (1,7,16,18), masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16**), awanturka z twarogu 100g **7,** jajko got 60g.jabłko pieczone 150g | Kawa b/ cukru 250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g**(1,16) ,** twaróg z koperkiem 70g **7**,filet z indyka prasowany 50g, sok pomidorowy 150ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb 50g (**1,18)** ,graham 65g (**1,16),** awanturka z twarogu 70g **7**, jajko got 60g. jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,graham 65g (**1,16),** awanturka z twarogu 70g **7**, jajko got 60g. jabłko pieczone 150g |
| **II śni** |  | | | | | | | | | | Herbata b/c, masło 10g **7**, graham 65g **(1,16),** rzodkiewka 20g |
| **Obiad** | Fasolowa z mak 400ml **(1,7),** udziec z kurczaka pieczony 100g, ziemn. 200g **7,** marchewka 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej 250ml | Jarzynowa z mak.400ml **(1,7,9),** udziec z kurczaka piecz. w jarz.100g, ziemn.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej 250ml | Jarzynowa z mak.400ml **(1,7,9),** udziec z kurczaka piecz. w jarz.100g, ziemn.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej 250ml | | | | Jarzynowa z mak. 400ml **(1,7,9),** udziec z kurczaka piecz. w jarz.100g, ziemn.200g **7,** marchewka 180g **(1,7),** surówka z kapusty kiszonej z olejem 100g, kompot z mieszanki owocowej 250ml | Jarzynowa z mak. 400ml**(1,7,9),** udziec z kurczaka piecz. w jarz.150g-2szt, ziemn.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** surówka z kapusty kiszonej z olejem 100g, kompot z mieszanki owocowej 250ml | Jarzynowa z mak. 400ml **(1,7,9),** udziec z kurczaka piecz. w jarz.100g, ziemn.200g **7,** marchewka 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej 250ml | Jarzynowa z mak.400ml **(1,7,9),** udziec z kurczaka piecz. w jarz.100g, ziemn.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** surówka z kapusty kiszonej z olejem 100g, kompot z mieszanki owocowej 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | Herbata b/c, masło 10g **7,** graham 65g (**1,16),** sardynka w oleju 40g **4** |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**,pasztet zap. wieprz. 50g **(1,6,7),**jajko got.60g **3,** sał. z ogórka kisz. i papryki 60g | Herbata250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18),** bułki 50g**1**, filet królewski 50g. sałata ziel 10g , sos warzywny z jog 70g **7** | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb 50g(**1,18),** bułki 50g**1**, filet królewski 50g, sałata ziel 10g ,sos warzywny 70g **7** | | Herbata250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18),** bułki 50g **1**grysik na mleku 400ml (**1,7)**,filet królewski 50g,sałata ziel 10g | | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 50g( **1, 18),** graham65g (**1,16)** , filet królewski 50g, sałata ziel 10g papryka 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**, chleb pszenno –żytni 50g.(**1,18),**graham65g (**1,16)** ,filet królewski 70g, sałata ziel 10g, papryka 50g | Herbata b/ cukru 250ml, masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g **(1,16),**filet królewski 50g, sałata ziel 10g ,sos warzywny z jog.70g **7** | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 50g( **1, 18),** graham65g (**1,16)** , filet królewski 50g, sałata ziel 10g , papryka 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 50g(**1,18),**graham65g (**1,16)** ,filet królewski 50g, sałata ziel 10g 5g, papryka 50g |
| **PN** | Mus owocowo-warzywny 100ml.podpłomyk 1szt | | Mus owocowo-warzywny 100ml.podpłomyk 1szt | | | | Grejpfrut 1/2szt. podpłomyk 1szt | Grejpfrut 1/2szt . podpłomyk 1szt | Mus owocowo- Podpłomyk 1szt  warzywny 100g Grejpfrut 1/ 2szt | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2495.90  B -99  T -102.90  Kw tł.nas -42.10  W -290.60  w tym cukry-69.80  Bł -32.50  Sól-5.10 | E kcal-2182.60  B -102.40  T -78.50  Kw tł.nas -38.30  W -278.30  w tym cukry-77.10  Bł -26  Sól-7 | E kcal-2182.60  B -102.40  T -78.50  Kw tł.nas -38.30  W -278.30  w tym cukry-77.10  Bł -26  Sól-7 | E kcal-2491.10  B -120  T -87.20  Kw tł.nas -43.40  W -317.10  w tym cukry-78.20  Bł -22.20  Sól-7.20 | | | E kcal-2293.10  B -119  T -98.80  Kw tł.nas -40.30  W -246.50  w tym cukry-37.40  Bł -33.20  Sól-8.60 | E kcal-2430.70  B -134.90  T -99.30  Kw tł.nas -43.50  W -264.20  w tym cukry-55.30  Bł -33.20  Sól-8.70 | E kcal-2106.60  B -105.70  T -79.30  Kw tł.nas -38.50  W -256.90  w tym cukry-50.40  Bł -32.30  Sól-8.10 | E kcal-2105.60  B -98  T -80.10  Kw tł.nas -37.30  W -263  w tym cukry-54.20  Bł -33.20  Sól-7.30 | E kcal-2400  B -103  T -83  Kw tł.nas -39.10  W -287  w tym cukry-57.10  Bł -35.30  Sól-8.30 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu