|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **I PODSTAWOWA** | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez selera )** | **X BOGATOBIAŁKOWA**  | **X/VII Cukrzycowo -wątrobowa** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
|  **29.03.2024r WIELKI PIĄTEK** |  **śniadanie** | Herbata 250ml (**1,7, 16, 18)**, masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, 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**,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 (**7,17),** powidło 50g,jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml (**1,7, 16, 18)**, masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)** , płatki owsiane na mleku 400ml**(7,17),** powidło 50g, jabłko pieczone 150g | Kawa b/cukru 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**,ser żółty 70g **7**, rzodkiewka 20g.jabłko pieczone 150g | Kawa z mlekiem b/ cukru 250ml (**1, 7, 16, 18)**, masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g ( **1,16)**, ser homo 70g, jabłko pieczone 150g | Kawa b/cukru 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**,ser żółty 50g **7**, rzodkiewka 20g,jabłko pieczone 150g | Kawa b/cukru 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, ser żółty 50g **7**, rzodkiewka 20g.jabłko pieczone 150g |
| II śni |  | Mus owocowo-warzywny 100g |
|  **Obiad** | Dyniowa -krem z grzank. 400ml**(1,7),** ryba smażona 110g (**1,3,4),** ziemn.200g **7,** sałatka z kapusty czerwonej i jabłka z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml | Selerowa -krem z grzank. 400ml **(1,7,9),** ryba piecz. w jarz 100g **4**, ziemn.200g **7,** jarzyna duszona po grecku 180g **(1,7,9),** kompot z jabłek 250ml | Selerowa -krem z grzank.400ml(**1,7,9),** ryba piecz. w jarz.100g **4**, ziemn.200g **7**, jarzyna duszona po grecku 180g **(1,7,9),** kompot z jabłek 250ml | Dyniowa -krem z grzank. 400ml**(1,7),** ryba smażona 110g **(1,3,4),** ziemn.200g **7**, sałatka z kapusty czerwonej i jabłka z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml | Selerowa -krem z grzank. 400ml(**1,7,9),** ryba piecz. w jarz.150g-2szt **4**, ziemn.200g **7**, jarzyna duszona po grecku 180g **(1,7,9),** kompot z jabłek 250ml | Selerowa -krem z grzank. 400ml**(1,7,9),** ryba piecz. w jarz.100g **4**, ziemn.200g **7**, jarzyna duszona po grecku 180g**(1,7,9),** kompot z jabłek 250ml | Selerowa -krem z grzank.400ml**(1,7,9),** ryba piecz. w jarz. 100g **4**, ziemn.200g **7**, jarzyna duszona po grecku 180g **(1,7,9),** sałatka z ogórka kiszonego i marchewki z olejem 100g,kompot z jabłek 250ml |
| **PD** |  | Herbata,masło10g **7**,graham 65g **(1,16),** masło 10g **7,** sardynka w oleju 40g **4** |
|  **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g( **1,18),** pasta z jajek ze szczyp.90g **(3,7),** barszczyk czerwony 150ml | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g( **1,18)**,bułki 50g **1**, twaróg z koperkiem 70g **7**, sok marchewkowy 150ml | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g( **1,18)**,bułki 50g **1**, twaróg z koperkiem 70g **7**, sok marchewkowy 150ml | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),**twaróg z koperkiem 70g **7**  | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g( **1,18),**pasta z jajek ze szczyp.90g **(3,7),** barszczyk czerwony 150ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 50g (**1,18) ,** graham65g (**1,16),** pasta z jajek ze szczyp.110g **(3,7),** barszczyk czerwony 150ml | Herbata b/ cukru 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g( **1,16)**, twaróg z koperkiem 70g **7**, sok pomidorowy 150ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18) ,** graham65g (**1,16),**pasta z jajek ze szczyp.90g **(3,7),** barszczyk czerwony 150ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18) ,** graham 65g (**1,16),** pasta z jajek ze szczyp.90g **(3,7),** barszczyk czerwony 150ml |
| **PN** | Jogurt naturalny 150ml **7** | Jogurt naturalny 150ml **7** | Jogurt naturalny 150ml **7** | Jogurt naturalny 150ml **7** | Jogurt naturalny 150ml **7** |
|  **Wart. odżywcza** | E kcal- 2601.70B -76.90T -101.40Kw tł.nas -37.50W -358.70w tym cukry -103Bł -31Sól -4 | E kcal- 2224.50B -79.50T -61Kw tł.nas -33.40W -352.20w tym cukry -120Bł -33.60Sól- 3.90 | E kcal- 2224.50B -79.50T -61Kw tł.nas -33.40W -352.20w tym cukry -120Bł -33.60Sól- 3.90 | E kcal- 2409B -92.30T -66.40Kw tł.nas -7.30W -373w tym cukry -121Bł -30.40Sól -4.10 | E kcal- 2601.70B -76.90T -101.40Kw tł.nas -37.50W -358.70w tym cukry -103Bł -31Sól 4 | E kcal- 2100B -92T -61Kw tł.nas -34W -282w tym cukry -71Bł -38Sól -6,50 | E kcal- 2020.40B -86.10T -60Kw tł.nas -33W -279.80w tym cukry -70.70Bł -37.90Sól -6.40 | E kcal- 2086.40B -80.60T -74.30Kw tł.nas -35W -288.70w tym cukry -74.70Bł -37.50Sól -7.80 | E kcal- 2650.60B -104.10T -101Kw tł.nas -49.20W -348.20w tym cukry -75.80Bł -45.20Sól -8.80 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu