|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | | | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez selera )** | **I ELIMINACYJNA (bez jaj )** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **05.04.2024 r PIĄTEK** | **śniadanie** | Herbata 250ml , masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**, grysik na mleku 400ml **(1,7),** jajko got.60g **3**, rukola 5g. sałatka buraczana 80g **7** | Herbata 250ml , masło 20g **7**, chleb 50g( **1,18)**,bułki 50g**1**,grysik na mleku 400ml **(1,7),** powidło 50g.ser homog. nat. 50g **7** | Herbata 250ml , masło 20g **7**, chleb 50g( **1,18)**,bułki 50g**1**, grysik na mleku 400ml **(1,7),** powidło 50g,ser homog. nat .50g **7** | | | Herbata250ml,masło 20g**7**,chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7) ,** powidło 50g.ser homog. nat .50g **7** | Herbata 250ml, masło 20g **7,**.chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**, grysik na mleku 400ml **(1,7),** jajko got.60g **3,** sałatka buraczana 80g **7** | Herbata 250ml, masło 20g **7,**.chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**, ser top.zioł.60g- 2szt **7**, sałatka buraczana 80g **7** | Herbata b/cukru 250ml , masło 20g **7**,chleb 50g( **1,18),** graham 65g( **1,16),** ser homog. 70g **7**,mus owocowo- warzywny 100g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1,16),** pasta z makreli ze szczyp. 70g **4**, jajko got 60g **3**, rzodkiewka 20g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1,16),** pasta z makreli ze szczyp. 70g **4**, jajko got 60g **3**, rzodkiewka 20g |
| II śni |  | | | | | | | | | | Herbata b/c , graham 65g **1**, masło 10g **7**,ser top.zioł.30g **7** |
| **Obiad** | Zalewajka 400ml **(1,7),** racuchy z jabłkami 250g- 3 sztuki **(1,3,7),** cocktail jagodowy 150ml **7**, kompot z aronii 250ml | Ziemniaczana 400ml**(1,7,9),** makaron z serem 350g **7**, mus jabłkowy 150g, kompot z aronii 250ml | Zalewajka 400ml**(1,7),** makaron z serem 350g **7**, mus jabłkowy 150g, kompot z aronii 250ml | | | | Zalewajka 400m**l(1,7),** racuchy z jabłkami – 3 sztuki 250g**(1,3,7),** coctail jagodowy 100ml **7**, kompot z aronii 250ml | Zalewajka 400ml**(1,7),** makaron z serem 350g **7**, coctail jagodowy 150ml **7**, kompot z aronii 250ml | Zalewajka 400ml **(1,7),** makaron z serem 350g **7,** mus jabłkowy 150g, kompot z aronii b/c 250ml | Zalewajka 400ml**(1,7),** makaron z serem 350g ,**7**, surówka z marchewki i jabłka z jog.100g **7**, kompot z aronii b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | Herbata b/c, graham 65g (**1,16**), masło 10g **7**,ogórek kiszony 30g |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18**),sardynka w pomidorach 60g **4**, szczypiorek 20g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,**filet z indyka w galarecie 50g **(1,3,7,10),** sałata zielona 10g.sos warzywny z jog 70g**7** | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,**  filet z indyka w galarecie 50g **(1,3,7,10),** sałata zielona 10g.sos warzywny z jog 70g **7** | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),** filet z indyka w galarecie 50g **(1,3, 7, 10) ,** sał ziel 10g.sos warzywny z jog 70g **7** | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18**), sardynka w pomidorach 60g **4**, szczypiorek 20g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18**), sardynka w pomidorach 60g **4,** szczypiorek 20g | Herbata b/ cukru 250ml, masło 20g **7**, chleb 50g **(1,18),** graham 65g **(1,16),**  filet z indyka w galarecie 50g **(1,3, 7, 10),** sał 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 z indyka w galarecie 50g **(1,3,7,10),** sałata ziel 10g. pomidor b/ s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 50g**(1,18),** graham 65g **(1,16),** filet z indyka w galarecie 50g **(1,3, 7, 10) ,** sałata ziel 10g. pomidor b/ s 50g |
| **PN** | Banan 1szt | | Banan 1szt | | | | Banan 1szt | Banan 1szt | Jogurt naturalny 150ml **7**,podpłomyk 1szt **1** | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal- 2812.70  B -75.90  T -121.50  Kw tł.nas -39.60  W -365.50  w tym cukry-88.60  Bł -28.10  Sól -4.20 | E kcal- 2414.30  B -85.70  T -63.10  Kw tł.nas -35  W -386.60  w tym cukry -90.30  Bł -23.60  Sól -3.10 | E kcal- 2414.30  B -85.70  T -63.10  Kw tł.nas -35  W -386.60  w tym cukry -90.30  Bł -23.60  Sól -3.10 | E kcal- 2697.20  B -100.20  T -70.50  Kw tł.nas -39.20  W -426.80  w tym cukry -107.50  Bł -24.40  Sól -3.50 | | | E kcal- 2812.70  B -75.90  T -121.50  Kw tł.nas -39.60  W -365.50  w tym cukry-88.60  Bł -28.10  Sól -4.20 | E kcal- 2502.50  B -88.40  T -89.30  Kw tł.nas -47.80  W -347  w tym cukry-68.80  Bł -23.30  Sól -4.70 | E kcal- 2136.70  B -82.50  T -63.20  Kw tł.nas -34.80  W -323.30  w tym cukry -47.10  Bł -28.30  Sól -3.40 | E kcal- 2194  B -95.60  T -71.30  Kw tł.nas -34.70  W -306.30  w tym cukry -30.30  Bł-28.10  Sól -5.70 | E kcal- 2707.50  B -107.80  T -98  Kw tł.nas -51.10  W -366.30  w tym cukry -31.50  Bł -36  Sól -7.50 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projekt