|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | | **I ELIMINACYJNA ( bez selera)** | **I WEGETARIAŃSKA** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **06.04.2024 r SOBOTA** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g( **1,18)**, kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g, sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 60g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**,chleb 50g(**1,18),**bułki 50g,  kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ketchup jarzynowy 40g **9** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7, 16,18),**masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ketchup jarzynowy 40g **9** | Herbata 250ml **,**masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),** kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ketchup jarzynowy 40g **9** | | Kawa z mlekiem 250ml**(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni100g ( **1,18)**,kiełbasa szynkowa wieprzowa 50g,sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 60g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytnie 100g( **1,18)**, jajko got.60g **3**,sałatka z ogórka kiszonego i cebuli 60g | Kawa z mlekiem b /cukru 250ml **(1,7, 16, 18) ,** masło 20g **7**, chleb 50g( **1,18),** graham 65g (**1,16)**, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ketchup jarzynowy 40g **9** | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g **7,**chleb 50g (**1,18)**, graham 65g(**1,16)**, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g,ketchup jarz.40g **9**, papryka 50g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g **7,**chleb 50g (**1,18)**, graham 65g(**1,16)**, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ketchup jarz.40g **9,** papryka 50g |
| **II śni** |  | | | | | | | | | Herbata b/c , pieczywo chrupkie 2szt,**7**, serek mini z ziołami 30g **7** |
| **Obiad** | Koperkowa z mak.400ml **(1,7,9),** sznycel80g **3**, ziemn. 200g **7**, marchewka z kukurydzą 180g **(1,7),** kompot z aronii 250ml | Koperkowa z mak.400ml **(1,7,9),** zrazik piecz. w jarz. 80g **3**+ sos biały 70ml **(1,7),** ziemn.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z aronii 250ml | Koperkowa z mak.400ml**(1,7,9),** zrazik piecz. w jarz.80g **3**+ sos biały 70ml **(1,7),** ziemn.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z aronii 250ml | | | Koperkowa z mak. 400ml **(1,7,9),** sznycel 80g **3**, ziemn. 200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z aronii 250ml | Koperkowa z mak. 400ml**(1,7,9),** ryba smażona 110g (**1,3,4),** ziemn.200g **7,** marchewka z kukurydzą 180g (**1,7),** kompot z aronii 250ml | Koperkowa z mak. 400ml **(1,7,9),** zrazik piecz. w jarz.80g **3**+ sos biały 70ml **(1,7),** ziemn.200g **7**, marchewka 180g (**1,7),** kompot z aronii b/c 250ml | Koperkowa z mak.400ml(**1,7,9),** zrazik piecz. w jarz.80g **3** sos biały 70ml**(1,7),** ziemn.200g **7**, marchewka 180g**(1,7),** sałatka z ogórka kiszonego i marchewki z olejem 100g,kompot z aronii b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | Herbata b/c. graham 65g**(1,16),** masło 10g **7**, rzodkiewka 20g |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18) ,**twaróg ze szczyp.70g **7**, jabłko surowe 250g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,**twaróg z pietr.ziel.70g **7**, pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,**twaróg z pietr .ziel. 70g **7**, pomidor b/s 50g | | Herbata250ml,masło 20g**7**, chleb 50g **(1,18),** bułki 50g 1,grysik na mleku 400ml **(1,7),** twaróg z pietr.ziel.70g **7**, pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** twaróg ze szczyp.70g **7**, jabłko surowe 250g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18) ,** twaróg ze szczyp.70g **7,** jabłko surowe 250g | Herbata b/ cukru 250ml, masło 20g **7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1,16),** twaróg z pietr.ziel.70g **7**, pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g(**1,18),** graham 65g (**1,16),** twaróg ze szczyp.70g **7,** jabłko surowe 250g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** twaróg ze szczyp. 70g **7,** jabłko surowe 250g |
| **PN** | Sok Kubuś 300ml | | Sok Kubuś 300ml | | | Sok Kubuś 300ml | Sok Kubuś 300ml | Sok Kubuś 300ml Sok pomidorowy 300ml | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2248.30  B -77.90  T -87.70  Kw tł.nas -36.40  W -297.10  w tym cukry -76.80  Bł -31.40  Sól -7.70 | E kcal- 2117.80  B -78.90  T -58.60  Kw tł.nas -32  W -334.10  w tym cukry -100,10  Bł -34  Sól -6.50 | E kcal- 2117.80  B -78.90  T -58.60  Kw tł.nas -32  W -334.10  w tym cukry -100,10  Bł -34  Sól -6.50 | | E kcal- 2420.90  B -96.50  T -67  Kw tł.nas -36.70  W -373.60  w tym cukry -122  Bł -32.30  Sól -6.90 | E kcal-2218.30  B -77.90  T -84.70  Kwtł.nas -36.40  W -297.10  w tym cukry -76.80  Bł -31.40  Sól -7.70 | E kcal- 2272.20  B -75.30  T -92.70  Kwtł.nas -35.80  W -294.80  w tym cukry -75.10  Bł -31.10  Sól -4.50 | E kcal- 2050.60  B -86.30  T -60  Kw tł.nas -31.60  W -301.50  w tym cukry -81  Bł -37.80  Sól -8.10 | E kcal- 2030,60  B -83.60  T -63.60  Kw tł.nas -31.80  W -291.60  w tym cukry -71.50  Bł-42.20  Sól -10 | E kcal- 2165.60  B -90.60  T -68  Kw tł.nas -34.40  W -314.50  w tym cukry -80  Bł -43.50  Sól -10 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu