|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **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** ) |
|  **16.04.2024 r WTOREK** |  **śniadanie** | Herbata 250ml **(1,7, 16, 18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g( **1, 18)** , jajko got. 60g **3**, rukola 5g. sałatka jarzynowa z kukurydzą 80g **(7,9)** | Herbata 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**,chleb 50g (**1, 18),** bułki 50g,wędlina drobiowa 50g, ketchup jarzynowy 40g **9** | Herbata 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**,chleb 50g (**1, 18),** bułki 50g **1**, parówka wiedeńska 100g-2szt**(1,6,7),** ketchup jarzynowy 40g **9**  | Herbata 250ml **,**masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),** parówka wiedeńska 100g-2szt **(1,6,7),** ketchup jarzynowy 40g **9** | Herbata 250ml **(1,7, 16, 18),** masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g( **1,18)**,jajko got 60g **3,** sałatka jarzynowa bez selera 80g **7** | Herbata 250ml **(1,7, 16, 18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g( **1,18)**,jajko got 60g **3,** sałatka jarzynowa 80g (**7,9)** | Herbata b /c 250ml **(1, 7,16,18),** masło 20g **7**,chleb 50g ( **1,18),** graham 65g (**1,16)**, parówka wiedeńska 100g-2szt **(1,6,7),** ketchup jarzynowy 40g **9** | Herbata b/cukru 250ml , masło 20g **7,**chleb 50g (**1,18 )**, graham 65g(**1,16)**, parówka wiedeńska 100g **(1,6,7**), chrzan z jajkiem i jog 30g  **7,** ogórek św 50g | Herbata b/cukru 250ml , masło 20g **7,**chleb 50g (**1, 18 )**, graham 65g(**1,16)**, parówka wiedeńska 100g **(1, 6,7**), chrzan z jajkiem i jog 30g  **7,** ogórek św 50g |
| **II śni** |  | Herbata b/c, masło10g **7,** graham 65g **(1,16),** papryka 30g |
|  **Obiad** | Pomidorowa z mak 400ml **(1,7),** udko z kurczaka pieczone 1szt, ziemniaki 200g **7,** buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Krupnik 400ml**(1,7,9),** udko z kurczaka pieczone w jarzynach 1szt, ziemniaki 200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Pomidorowa z makaronem 400ml**(1,7),** udko z kurczaka pieczone w jarzynach .1szt, ziemniaki 200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Pomidorowa z makaronem 400ml **(1,7),** udko z kurczaka pieczone 1szt, ziemniaki 200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Pomidorowa z makaronem 400ml **(1,7),** ryba smażona 110g**(1,3,4),** ziemn.200g **7,** buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Pomidorowa z makaronem 400ml **(1,7),** udko z kurczaka pieczone w jarz.1szt, ziemn.200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek b/c 250ml | Pomidorowa z makaronem 400ml**(1,7),** udko z kurczaka pieczone w jarzynach 1szt, ziemniaki 200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** sałatka z kapusty włoskiej, marchewki z olejem 100g,kompot z jabłek b/c 250ml |
| **PD** |  | Herbata b/c, masło10g **7,** graham 65g **(1,16),**pasztet z drob. 30g **(1,6,7)** |
|  **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18) ,** pieczeń rzymska 50g.**(1,6,7,10)** pomidorki coctailowe 35g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**, ser homog. nat 70g **7**, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,**ser homog. nat 70g **7**, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g**7**, chleb 50g **(1,18),** bułki 50g 1,grysik na mleku 400ml **(1,7),** ser homog. 50g **7,** jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** pieczeń rzymska 50g **(1,6,7,10),** pomidorki coctailowe 35g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18) ,** twaróg z koperkiem 70g **7**, pomidorki coctailowe 35g | Herbata b/ cukru 250ml,masło 20g **7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1,16),** ser homog. 70g **7**,jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18) ,** graham 65g (**1,16),** ser homog. 70g **7**, pomidorki coctailowe 35g  | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g(**1,18),** graham 65g (**1,16),** ser homog. 70g **7**, pomidorki coctailowe 35g |
| **PN** | Banan 1szt | Banan 1szt | Banan 1szt | Banan 1szt |  Banan 1szt Grejpfrut 1/2szt |
|  **Wart. odżywcza** | E kcal-2480.60B -123T -108.50Kw tł. nas -43.60W -264.40w tym cukry -68.50Bł -24.50Sól -4 | E kcal- 2635.90B -108.50T -109Kw tł. nas -48.80W -316.40w tym cukry -104.70Bł -30.60Sól -5 | E kcal-2590.50B -110.20T -112Kw tł. nas -51W -318,10w tym cukry -101Bł -32Sól -5.10 | E kcal- 2972.80B -122.70T -114Kw tł. nas -51.70W -375.10w tym cukry -120Bł -31Sól -5.40 | E kcal- 2474.60B -122.70T -108.40Kw tł. nas -43.60W -262.80w tym cukry -68Bł -23.50Sól -4 | E kcal- 2139.60B -67.10T -92.90Kw tł. nas -33.70W -70.70w tym cukry -59.70Bł -26.20Sól -3.70 | E kcal- 2205.30B -106.90T -106.60Kw tł. nas -47.10W -319w tym cukry -101Bł -37.10Sól -5.40 | E kcal- 2316.90B -98.50T -105Kw tł. nas -43.80W -258.60w tym cukry -47.60Bł-35.10Sól -6.50 | E kcal- 2731.70B -115T -126Kw tł. nas -53.90W -301w tym cukry -56.70Bł -39.30Sól -7.60 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu