|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **I PODSTAWOWA** | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez mleka)** | **I WEGETARIAŃSKA** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
|  **17.04.2024 r ŚRODA** |  **śniadanie** | Herbata 250ml, masło 20g**7**, chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**, płatki owsiane na mleku 400ml **(7,17),** pasta z twarogu i rzodkiewki 70g 7, kiwi 1szt | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)** , bułki 50g **1**,płatki owsiane na mleku 400ml **(7,17),** powidło 50g,  | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)** , bułki 50g **1**, płatki owsiane na mleku 400ml**(7,17),** powidło 50g, | Herbata250ml,masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),** powidło 50g | Herbata 250ml **,** masło 20g **7**,chleb 200g (**1,18)** powidło 50g, kiwi 1szt, jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml, masło 20g**7**, chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**, płatki owsiane na mleku 400ml **(7,17),** pasta z twarogu i rzodkiewki 70g 7, kiwi 1szt | Herbata b/cukru 250ml **(1,7,16,18)**, masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g **(1,16)**, twaróg 70g **7,** sok Kubuś 300ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g(**1,16)**, galaretka drobiowa z jajkiem i jarzynami 150g **(3,7,9,10)**, cytryna 15g, papryka 50g | Herbata b/cukru 250ml (**1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**,graham 65g(**1,16)**, galaretka drobiowa z jajkiem i jarzynami 150g **(3,7, 9, 10),** cytryna 15g, papryka 50g |
| II śni |  | Herbata b/c 250ml, graham 65g (**1,16),** masło 10g **7**, ser top.zioł.30g **7** |
|  **Obiad** |  Pieczarkowa z ryżem 400ml**(1,7),** jajko gotowane 120g-2szt **3**, ziemniaki 200g **7,** chrzanowy 70ml **(1,7),** surówka z sałaty lodowej , marchewki , cebuli czerw **,** kukurydzy i pomid coctail z sosem winegret 150g **7**, kompot z aronii i rabarbaru 250ml | Ziemniaczana 400ml**(1,7,9),** pierogi leniwe 350g**(1,3,7),** jabłko pieczone 150g, kompot z aronii i rabarbaru 250ml | Zalewajka 400ml**(1,7),** pierogi leniwe 280g**(1,3,7),** jabłko pieczone 150g, kompot z aronii i rabarbaru 250ml  | Pieczarkowa z ryżem 400ml b/ml **(1,7),** jajko gotowane 120g-2szt **3**, ziemniaki 200g **7,** chrzanowy 70mlb/ ml **(1,7),** surówka z sałaty lodowej ,archewki , cebuli czerw **,** kukur i pomid coctail z sosem winegret 150g **7**, kompot  | Pieczarkowa z ryżem 400ml**(1,7),** jajko gotowane 120g-2szt **3**, ziemniaki 200g **7,** chrzanowy 70ml **(1,7),** surówka z sałaty lodowej ,marchewki , cebuli czerw **,** kukur i pomid coctail z sosem winegret 150g **7**, kompot z aronii i rabarbaru 250ml | Zalewajka 400ml**(1,7),** pierogi leniwe 280g **(1,3,7),** jabłko pieczone 150g, kompot z aronii i rabarbaru b/c 250ml | Zalewajka 400ml**(1,7),** pierogi leniwe 280g**(1,3,7),**  surówka z marchewki i jabłka z jogurtem nat 100g **7** 150g, kompot z aronii i rabarbaru 250ml |
| **PD** |   | Herbata b/c .wafle ryżowe 2szt.jogurt nat 150ml **7** |
|  **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**, schab z majerankiem 50g , majonez z porami i papryką (**10g**) (**1, 7)** 70g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**,pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, sałata ziel.10 g, pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**,pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, sałata ziel.10 g, pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7)**,pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, sałata ziel.10g, pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**, schab z majerankiem 50g, papryka 50g  | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**, ser żółty 50g, majonez z porami i papryką 70g | Herbata b/ cukru 250ml ,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, pasta z jarzyn 50g piersi kurczaka i jarzyn 50g. sałata ziel.10g, pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml , masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, sałata ziel.10g, pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, sałata ziel.10g,pomidor b/s 50g |
| **PN** | Serek mini nat.30g **7**, pieczywo chrupkie 2szt **1** | Serek mini nat.30g **7**, pieczywo chrupkie 2szt **1** | Sok Kubuś 300ml  | Serek mini nat.30g **7**, piecz chrupkie 2 szt  |  Serek mini nat.30g **7**, pieczywo chrupkie 2szt **1** |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2591.50 B -98.20T -85.10Kw tł. nas -39.80W -371.70w tym cukry -73Bł -33.40Sól -4.30 | E kcal- 2512.80B -119.20T -68.50Kw tł.nas-38.10W -364.50w tym cukry -75Bł -26.30Sól -4.30 | E kcal- 2512.80B -119.20T -68.50Kw tł.nas-38.10W -364.50w tym cukry -75Bł -26.30Sól -4.30 | E kcal- 2787.30B -132.80T -74.10Kw tł. nas -42W -406.90w tym cukry -91.90Bł -25.80Sól -4.70 | E kcal-2392.90B -69.70T -67.70Kw tł. nas -29.60W -391.40w tym cukry -100Bł -42Sól –3.80 | E kcal- 2498.80B -81T -82.40Kw tł. nas -38.70W -371.70w tym cukry -73Bł -33.40Sól -4.20 | E kcal- 2388.30B -110.20T -68.60Kw tł. nas -38.50W -346.70w tym cukry -69.40Bł -36Sól -3.90 | E kcal- 2090B -94.20T -73.90Kw tł. nas -36.40W -274.90w tym cukry -39.30Bł -34.10Sól -4.40 | E kcal- 2702.50B -107.30T -100.90Kw tł. nas -52.80W -359.60w tym cukry -55.70Bł -46Sól -6.10 |