|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 -98.20  T -85.10  Kw tł. nas -39.80  W -371.70  w tym cukry -73  Bł -33.40  Sól -4.30 | E kcal- 2512.80  B -119.20  T -68.50  Kw tł.nas-38.10  W -364.50  w tym cukry -75  Bł -26.30  Sól -4.30 | E kcal- 2512.80  B -119.20  T -68.50  Kw tł.nas-38.10  W -364.50  w tym cukry -75  Bł -26.30  Sól -4.30 | E kcal- 2787.30  B -132.80  T -74.10  Kw tł. nas -42  W -406.90  w tym cukry -91.90  Bł -25.80  Sól -4.70 | | | E kcal-2392.90  B -69.70  T -67.70  Kw tł. nas -29.60  W -391.40  w tym cukry -100  Bł -42  Sól –3.80 | E kcal- 2498.80  B -81  T -82.40  Kw tł. nas -38.70  W -371.70  w tym cukry -73  Bł -33.40  Sól -4.20 | E kcal- 2388.30  B -110.20  T -68.60  Kw tł. nas -38.50  W -346.70  w tym cukry -69.40  Bł -36  Sól -3.90 | E kcal- 2090  B -94.20  T -73.90  Kw tł. nas -36.40  W -274.90  w tym cukry -39.30  Bł -34.10  Sól -4.40 | E kcal- 2702.50  B -107.30  T -100.90  Kw tł. nas -52.80  W -359.60  w tym cukry -55.70  Bł -46  Sól -6.10 |