|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | | | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez mleka )** | **I ELIMINACJNA (bez jaj )** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **20.04.2024 r SOBOTA** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g( **1, 18)**, parówka wiedeńska 100g-2szt **(1,6,7),** chrzan z jajkiem 30g **10,** rzodkiewka 20g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,** wędlina drobiowa 50g, ketchup jarzynowy 40g **9** | Kawa z mlekiem 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 , masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, parówka wiedeńska 100g-2szt **(1,6,7),** musztarda 30g **10,** rzodkiewka 20g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, parówka wiedeńska 100g-2szt **(1,6,7),** musztarda 30g **10**, rzodkiewka 20g | Kawa z mlekiem b/cukru 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** | Kawa z mlekiem b/cukru 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**, ogórek kiszony 50g | Kawa z mlekiem b/cukru 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**, ogórek kiszony 50g |
| II śni |  | | | | | | | | | | Herbata b/c 250ml, masło 10g **7**, graham 65g (**1**,**16),** cebulka zielona 20g |
| **Obiad** | Jarzynowa z ryżem 400ml **(1,7,9),** udziec z kurczaka piecz 100g, ziemn.200g **7,** szpinak z czosnkiem i śmietaną 150g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Jarzynowa z ryżem400ml **(1,7,9),** udziec z kurczaka pieczony w jarzynach 100g, ziemniaki 200g **7,** szpinak 150g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Jarzynowa z ryżem400ml**(1,7,9),** udziec z kurczaka pieczony w jarzynach 100g, ziemniaki 200g **7**, szpinak 150g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej 250ml | | | | Jarzynowa z ryżem b/śmiet 400ml **(1,9),** udziec z kurczaka piecz 100g, ziemn.200g, szpinak z czosnkiem b/śmietany 150g **1,** kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Jarzynowa z ryżem 400ml**(1,7,9),** udziec z kurczaka piecz 100g, ziemn.200g **7,** szpinak z czosnkiem i śmietaną 150g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Jarzynowa z ryżem 400ml **(1,7,9),** udziec z kurczaka pieczony w jarzynach 100g, ziemniaki 200g **7,** szpinak 150g**(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml | Jarzynowa z ryżem 400ml**(1,7,9),** udziec z kurczaka pieczony w jarzynach 100g, ziemniaki 200g **7,** szpinak 150g **(1,7),**surówka z selera i jabłka z jog**.(7,9),** kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | Herbata b/c 250ml, graham 65 g**(1,16),** masło 10g **7,** rzodkiewka 20g |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g( **1,18)**,pasta z jajek i szprotek w oleju ze szczyp.70g**(3,4),** jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**,filet z indyka w galarecie 50g**(1,6,7),**  sałata zielona 10g,jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**,filet z indyka w galarecie 50g **(1,6,7),** sałata zielona 10g,jabłko pieczone 150g | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7)**, filet z indyka w galarecie 50g **(1,6,7),**sałata ziel.10g, jabłko pieczone 150g | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**,pasta z jajek i szprotek w oleju ze szczyp.70g**(3,4)** , jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g( **1,18)**, szprotki w oleju 70g **4** szczyp.20g, jabłko pieczone 150g | Herbata b/ cukru 250ml,masło 20g**7**, chleb 50g(**1,18)**, graham 65g (**1,16)**,filet z indyka w galarecie 50g **(1,6,7**),sałata ziel. 10g, jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno – żytni 50g (**1, 18)**, graham 65g( **1, 16)** ,pasta z jajek i szprotek w oleju ze szczyp.70g **(3,4),** papryka 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno – żytni 50g (**1,18)**, graham 65g( **1,16)**,pasta z jajek i szprotek w oleju ze szczyp.70g **(3,4),** papryka 50g |
| **PN** | Serek mini z ziołami 30g **7,** pieczywo chrupkie 2szt **1** | | Serek mini nat.30g **7,** pieczywo chrupkie 2szt **1** | | | | Sok pomidorowy 300ml | Serek mini nat.30g **7**, pieczywo chrupkie 2szt **1** | Serek mini nat.30g **7**, pieczywo chrupkie 2szt **1** | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal- 2362.50  B -87.50  T -108.80  Kw tł. nas -44.90  W -269  w tym cukry -47.50  Bł -29.70  Sól -5.50 | E kcal- 2091.70  B -88  T -70.40  Kw tł. nas -35.20  W -287.40  w tym cukry -67.20  Bł -29.80  Sól -4.90 | E kcal- 2285.40  B -88.30  T -90.10  Kw tł. nas -41.50  W -291.30  w tym cukry -67.30  Bł -29.90  Sól -4.90 | E kcal- 2680.20  B -106.90  T -98.70  Kw tł. nas -46.40  W -353  w tym cukry -86.70  Bł -30.20  Sól -5.40 | | | E kcal- 2194.20  B -77.30  T -98.70  Kw tł. nas -38.40  W -261.50  w tym cukry -41.50  Bł -31.80  Sól -6.40 | E kcal- 2397.10  B -92.50  T -110.40  Kw tł. nas -44.60  W -269.30  w tym cukry -47.70  Bł -30  Sól -5.60 | E kcal- 2227.30  B -89.30  T -89.80  Kw tł. nas -41.10  W -279,50  w tym cukry -49.10  Bł -36.40  Sól -5.30 | E kcal- 2267.10  B -95.80  T -97.30  Kw tł. nas -43.30  W -269.10  w tym cukry -38.40  Bł -38.10  Sól -6.90 | E kcal- 2725.20  B -107.60  T -116.20  Kw tł. nas -54.70  W -333.80  w tym cukry -39.40  Bł -47.20  Sól – 8.40 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu