|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **I PODSTAWOWA** | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez mleka)** | **X WYSOKOBIAŁKOWA** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
|  **22.04.2024r PONIEDZIAŁEK** |  **śniadanie** | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g, jajko got.60g **3**, kiełbasa krakowska 30g, sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem i jarzynami z sosem winegret 80g **(1,4)** | Herbata 250ml, masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g**1,** ryż na mleku 400ml **7**, powidło 50g,jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml, masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g**1,** ryż na mleku 400ml **7,** powidło 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g**.7,** chleb 50g(**1, 18),**  bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml (**1,7)**, powidło 50g,jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g(**1,18),**jajko got.60g **3,** kiełbasa krakowska 30g, sałatka z kaszą kuskus, tuńczykiem i jarzynami z sosem winegret 80g **(1,4)** | Kawa z mlekiem b/ cukru 250ml **(1,7, 16, 18),** masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16),** jajko got.60g **3,** pasztet z drob.zap.70g **(1,6,7)** dressing ogórkowy z jog.70g **7** | Kawa b/ cukru 250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g **(1,16) ,** serek homog. nat.70g **7**, jabłko pieczone 150g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g**7**,chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16),** jajko got.60g **3**, pasztet z drob. zap.50g **(1,6,7),** dressing ogórkowy z jog.70g **7** | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml**(1,7,16,18),** masło 20g**7**,chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16),** jajko got. 60g **3,** pasztet z drob. zap.50g **(1,6,7),** dresing ogórkowy z jog.70g **7** |
| **II śni** |  | Herbata b/c ,masło 10g **7**, graham 65g **(1,16)** ,jabłko pieczone 100g |
|  **Obiad** | Kapuśniak z ziemniakami i białą kiełbasą( 5**0g)** 400ml **(1,7),** makaron z serem 350g**(1,7),** cocktail wiśniowy 130ml **7** , kompot z aronii i agrestu 250ml | Ziemniaczana z wędliną drobiową (**50g**)400ml **(1, 7, 9),** makaron ze serem 280g**(1,7),** mus jabłkowy 150g, kompot z aronii i agrestu 250ml | Żurek z ziemn.z wędliną drob.(50g)400ml **(1,7),** makaron ze serem 280g **(1,7),** mus jabłkowy 150g, kompot z aronii i agrestu 250ml | Kapuśniak z ziemniakami i białą kiełbasą ( 5**0g)** 400ml**(1,7),** makaron z musem wiśniowym 350g **(1,7),** kompot z aronii i agrestu 250ml | Żurek z ziemn. z wędliną drob.(50g) 400ml **(1,7),** makaron z serem 350g **(1,7),** surówka z marchewki i jabłka z jog.100g **7**, kompot z aronii i agrestu b/c 250ml | Żurek z ziemn 400ml **(1,7**), ryż 200g**(1,7),** pierś z kurczaka piecz w jarz 80g. sos koperkowy 70ml  **7** marchewka mini . 150g **7**,kompot z aronii i agrestu b/c 250ml | Żurek z ziemn 400ml **(1,7),** ryż 200g**(1,7),** pierś z kurczaka piecz w jarz 80g. sos koperkowy 70ml **7** , surówka z marchewki i jabłka z jog. 150g **7**,kompot z aronii i agrestu b/c 250ml |
| **PD** |  | Herbata b/c , masło 10g **7**, graham 65g **(1,16),** ser top.zioł.30g **7** |
|  **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**,pasta z piersi kurczaka, cebuli i jarzyn 50g, papryka 60g | Herbata250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18),** bułki 50g**1**, filet z indyka prasowany 50g, sałata zielona 10g, sos warzywny z jog.70g **7** | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb 50g(**1,18),** bułki 50g**1**, filet z indyka prasowany 50g, sałata zielona 10g, sos warzywny z jog.70g **7** | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb 50g(**1,18),** bułki 50g **1**grysik na mleku 400ml (**1,7)**, filet z indyka prasowany 50g, sałata zielona 10g | Herbata250ml,masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**,pasta z piersi kurczaka, cebuli i jarzyn 50g, papryka 60g | Herbata b/cukru 250 ml , masło 20g**7**, chleb pszenno –żytni 50g( **1,18),** graham 65g (**1,16),** filet z indyka prasowany 70g, papryka 60g | Herbata b/ cukru 250m , masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g **(1,16),**filet z indyka prasowany 50g, sałata zielona 10g, sos warzywny z jog.70g **7** | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 50g ( **1, 18) ,** graham65g (**1,16) ,** filet z indyka prasowany 50g, papryka 60g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 50g( **1,18),** graham 65g (**1,16)** filet z indyka prasowany 50g, papryka 60g |
| **PN** |  Serek homog. owocowy 150g **7**  Mus owocowy 100ml | Serek homog.nat.150g **7** |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2782.40B -139T -96.60Kw tł. nas -44.20W -349.10w tym cukry-76.60Bł -24.80Sól-7.20 | E kcal-2644.10B -115.80T -69Kw tł. nas -37.70W -400.50w tym cukry-108Bł -28.10Sól-5.10 | E kcal -2570.50B -113.70T -71.50Kw tł. nas -39W -377.60w tym cukry-109.60Bł -23.80Sól-5.10 | E kcal-2819.30B -126.80T -78.30Kw tł. nas -42.80W -408.80w tym cukry-120Bł -22.30Sól-5.30 | E kcal-2258B -80.20T -78Kw tł. nas -33W -319.30w tym cukry-49.80Bł -25.30Sól-6.50 | E kcal- 2246.50B -107.20T -80.30Kw tł. nas -39.50W -385.80w tym cukry-35.60Bł -24.90Sól-9.40 | E kcal- 2356.70B -111.30T -86.90Kw tł. nas -48.10W -293.40w tym cukry-53.10Bł -23.80Sól-5.40 | E kcal-2178.80B -101.60T -75.90Kw tł. nas -38.20W -284.30w tym cukry-35.60Bł -24.90Sól-8.80 | E kcal-2853.60B -120.30T -107.30Kw tł. nas -56W -367.80w tym cukry-50Bł -36.40Sól-11.20 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu