|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | | **I WEGETARIAŃSKA** | **I WYSOKOBIAŁKOWA** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **24.04.2024 r ŚRODA** | **śniadanie** | Herbata 250ml**,** masło 20g **7**,chleb pszenno-żytni 100g (**1,18)**, makaron nitki na mleku 400ml **(1,7),** pasztet wieprz. zap. 50g **(1,6,7),** rzodkiewka 20g.kiwi 1szt | Herbata 250ml,masło 20g**7**, chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1,** makaron nitki na mleku 400ml **(1,7),** dżem 50g, ser homog.50g **7** | Herbata 250ml, masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1,**makaron na mleku 400ml **(1,7),** dżem 50g, ser homog. 50g **7** | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**, bułki 50g**1,**grysik na mleku 400ml**(1,7),** dżem 50g, ser homog. 50g **7** | | Herbata 250m**,** masło 20g **7**,chleb 100g(**1,18)** , makaron nitki na mleku 400ml **(1,7),**ser żółty 50g **7**,rzodkiewka 20g.kiwi 1szt | Herbata 250ml**,** masło 20g**7**,chleb pszenno-żytni 100g (**1,18)**, makaron nitki na mleku 400ml**(1,7),** pasztet wieprz. zap.70g**(1,6,7),** rzodkiewka 20g.kiwi 1szt | Kawa b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7 ,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16),**ser homog. 70g **7**, jabłko pieczone 150g,kiwi 1szt | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml**(1,7,16,18),** masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g **(1,16),**pasta z makreli ze szczyp.70g **4,** pomidorki coctailowe 35g.kiwi 1szt | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g **(1,16),**pasta z makreli ze szczyp.70g **4,** pomidorki coctailowe 35g.kiwi 1szt |
| **II śni** |  | | | | | | | | | Herbata b/c , graham 65g **(1,16),** masło 10g **7,** jajko got.60g **3** |
| **Obiad** | Pomidorowa z ryżem 400ml **(1,7),** ozorki wieprzowe -100g,  sos chrzanowy 100ml **(1,7),** ziemn.200g **7**, sałatka z kapusty czerwonej i jabłka z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml | Ziemniaczana400ml**(1,7,9),** risotto z mięsem i jarzynami 350g **9**, sos koperkowy 100ml**(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Barszcz „ukraiński” z ziemn.400ml**(1,7),** risotto z mięsem i jarzynami 350g **9**, sos koperkowy 100ml**(1,7),** kompot z jabłek 250ml | | | Pomidorowa z ryżem 400ml**(1,7),**jajko gotowane 60g **3**, sos chrzanowy 100ml**(1,7),** ziemn.200g **7**, sałatka z kapusty czerwonej i jabłka z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml | Pomidorowa z ryżem 400ml**(1,7),** ozorki wieprzowe 150g, sos chrzanowy 100ml**(1,7),** ziemn.200g **7**, sałatka z kapusty czerwonej i jabłka z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml | Barszcz „ukraiński” z ziemn.400ml**(1,7),** risotto z mięsem i jarzynami 350g **9**, sos koperkowy 100ml**(1,7),** kompot z jabłek b/c 250ml | Barszcz „ukraiński” z ziemn.400ml**(1,7),** risotto z mięsem i jarzynami 350g **9**, sos koperkowy 100ml**(1,7),** surówka z marchewki i jabłka z jog.100g **7**,kompot z jabłek b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | Herbata b/c , graham 65g **(1,16),** masło 10g **7**, jabłko pieczone 100g |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**,schab z majerankiem 50g.papryka 50g | Herbata250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g**1**, schab z majerankiem 50g, sałata zielona 10g, sos warzywny z jog.70g **7** | Herbata250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g**1**, schab z majerankiem 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),** schab z majerankiem 50g, sałata zielona 10g | Herbata250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)** ,sardynki w oleju 70g . papryka 50g | Herbata250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**,schab z majerankiem 50g .papryka 50g | Herbata b/ cukru 250ml,masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16)**, schab z majerankiem 50g, sałata zielona10g, sos warzywny z jog.70g **7** | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, sałata ziel.10g,schab z majerankiem 50g, papryka 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, schab z majerankiem 50g, papryka 50g |
| **PN** | Mus owocowo-warzywny 100g | | Mus owocowo-warzywny 100g | | | Mus owocowo-warzywny 100g | Mus owocowo-warzywny 100g | Serek homog.nat.150g **7** | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal- 2451,30  B -109.10  T -105.50  Kw tł. nas -47.80  W -277  w tym cukry -56.30  Bł -23.90  Sól -4.30 | E kcal- 2211  B -83.10  T -55.50  Kw tł. nas -32.30  W -356  w tym cukry -94  Bł -25  Sól -5 | E kcal- 2161.44  B -83  T -56.50  Kw tł. nas -32.90  W -341.60  w tym cukry -101  Bł -23.60  Sól -5.10 | | E kcal-2392.50  B -94.50  T -62.60  Kw tł. nas -36.60  W -374.40  w tym cukry -112  Bł -22  Sól -5.40 | E kcal- 2090.30  B -78.60  T -77.60  Kw tł. nas -40.70  W -273.80  w tym cukry -56.10  Bł -23.70  Sól -4.30 | E kcal- 2568.70  B -118.30  T -113.30  Kw tł. nas -51  W -279.60  w tym cukry -57.30  Bł -23.90  Sól -4.50 | E kcal- 2190  B -86  T -57.10  Kw tł .nas -33.20  W -311.20  w tym cukry -68.30  Bł -32.60  Sól -5.40 | E kcal- 2243  B -108.20  T -77.40  Kw tł. nas -41.50  W -293.50  w tym cukry -53.20  Bł -31.70  Sól -7.80 | E kcal- 2770.20  B -126  T -101.20  Kw tł. nas -54.40  W -357.80  w tym cukry -53.70  Bł -40.20  Sól -9.90 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu