|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **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- 2451,30B -109.10T -105.50Kw tł. nas -47.80W -277w tym cukry -56.30Bł -23.90Sól -4.30 | E kcal- 2211B -83.10T -55.50Kw tł. nas -32.30W -356w tym cukry -94Bł -25Sól -5 | E kcal- 2161.44B -83T -56.50Kw tł. nas -32.90W -341.60w tym cukry -101Bł -23.60Sól -5.10 | E kcal-2392.50 B -94.50T -62.60Kw tł. nas -36.60W -374.40w tym cukry -112Bł -22Sól -5.40 | E kcal- 2090.30B -78.60T -77.60Kw tł. nas -40.70W -273.80w tym cukry -56.10Bł -23.70Sól -4.30 | E kcal- 2568.70B -118.30T -113.30Kw tł. nas -51W -279.60w tym cukry -57.30Bł -23.90Sól -4.50 | E kcal- 2190B -86T -57.10Kw tł .nas -33.20W -311.20w tym cukry -68.30Bł -32.60Sól -5.40 | E kcal- 2243B -108.20T -77.40Kw tł. nas -41.50W -293.50w tym cukry -53.20Bł -31.70Sól -7.80 | E kcal- 2770.20B -126T -101.20Kw tł. nas -54.40W -357.80w tym cukry -53.70Bł -40.20Sól -9.90 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu