|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **Ivb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | | | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez selera )** | **I BOGATOBIAŁKOWA** | **X/VII Cukrzycowo -wątrobowa** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **29.04.2024 r PONIEDZIAŁEK** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, galaretka z drobiu z jarzynami150g **(3,7,9,10),** cytryna 15g, og św 50g | Herbata250ml , masło 20g **7,** chleb 50g(**1,18),**bułki 50g **1**,płatki owsiane na mleku 400ml**(7,17),** dżem 50g, serek mini nat.30g **7** | Herbata250ml , masło 20g **7,** chleb 50g(**1,18),**bułki 50g **1**,płatki owsiane na mleku 400ml**(7,17),** dżem 50g, serek mini nat.30g **7** | | | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g( **1,18),** bułki 50g **1,**grysik na mleku 400ml (**7,17),** dżem 50g,serek mini nat.30g **7** | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18)** , masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, galaretka z drobiu bez selera 150g **(3,7,10),** cytryna 15g, **7**, pomidorki coctailowe 35g | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, galaretka z drobiu z jarzynami 150g **(3,7,9,10),** cytryna 15g, **7**, pomidorki coctailowe 35g | Kawa b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g( **1,16)**, wędlina drobiowa 50g, jabłko pieczone 150g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, ser żółty 50g **7**,pomidorki coctailowe 35g.jabłko surowe 250g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, ser żółty 50g **7**,pomidorki coctailowe 35g.jabłko surowe 250g |
| II śni |  | | | | | | | | | | Herbata b/c ,graham 65g (**1**,**16),** masło 10g**7**, ogórek kiszony 30g |
| **Obiad** | Dyniowa -krem z grzank. 400ml**(1,7),** placki ziemniaczane 350g**(1,3),** sos pieczarkowy 100ml **(1,7)** , sałata z jog. I śmiet. 60g **(7,9)** kompot z aronii 250ml | Ziemniaczana400ml**(1,7,9),** makaron z mięsem i jarzynami 350g **9**,sos koperkowy 100ml**(1,7),** kompot z aronii 250ml | Barszcz ukraiński z ziemn.400ml**(1,7),** makaron z mięsem i jarzynami 350g **9,** sos koperkowy 100ml**(1,7),** kompot z aronii250ml | | | | Dyniowa -krem z grzank. 400ml**(1,7),** placki ziemniaczane 350g**(1,3),** sos pieczarkowy 100ml**(1,7)** , sałata z jog. I śmiet. 60g **(7,9)** kompot z aronii 250ml | Dyniowa -krem z grzank.400ml**(1,7),** placki ziemniaczane 350g**(1,3),** sos pieczarkowy 100ml **(1,7)** , sałata z jog. I śmiet. 60g **(7,9)** kompot z aronii 250ml | Barszcz ukraiński z ziem.400ml**(1,7),** makaron z mięsem i jarzynami 350g **9**, sos koperkowy 100ml**(1,7),** kompot z aronii b/ c 250ml | Barszcz ukraiński z ziem.400ml(**1,7),** makaron z mięsem i jarzynami 350g **9,**sos koperkowy 100ml**(1,7),** sałatka z czerwonej kapusty i jabłka z olejem 100g,kompot z aronii b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | Herbata b/c , masło 10g **7**, graham 65g **(1,16),** sardynka w pomidorach 40g **4** |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g( **1,18),**szynka biała 50g,rzodkiewka 20g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g( **1,18)**,bułki 50g **1**, szynka biała 50g,sos warzywny z jog.70g **7** | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g( **1,18)**,bułki 50g **1**, szynka biała 50g, sos warzywny z jog.70g **7** | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),**szynka biała 50g,sos warzywny z jog. 70g **7** | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g( **1,18),**szynka biała 50g,rzodkiewka 20g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g( **1,18),** szynka biała 70g, rzodkiewka 20g | Herbata b/ cukru 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g( **1,16)**, szynka biała 50g,sos warzywny z jog.70g 7 | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham65g (**1,16),** szynka biała 50g, rzodkiewka 20g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18) ,** graham 65g (**1,16),**  szynka biała 50g.rzodkiewka 20g |
| **PN** | Jogurt nat.150ml **7**,wafle ryżowe 2 szt | | Jogurt nat.150ml **7**,wafle ryżowe 2 szt | | | | Jogurt nat.150ml **7**, wafle ryżowe 2 szt | Jogurt nat.150ml **7**, wafle ryżowe 2 szt | Jogurt nat.150ml **7**, wafle ryżowe 2 szt | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal- 2333,60  B -89.60  T -82.70  Kw tł. nas -40  W -324.70  w tym cukry -61.80  Bł -31.70  Sól -4.80 | E kcal- 2270.90  B -86.10  T -58.60  Kw tł. nas -33.30  W -362.50  w tym cukry -91  Bł -26.20  Sól -6.50 | E kcal-2221.30  B -86  T -59.50  Kw tł. nas -33.90  W -348.10  w tym cukry -98  Bł -24.70  Sól 6.60 | E kcal- 2470.30  B -97.80  T -64.10  Kw tł. nas -37.20  W -388  w tym cukry -101  Bł -24.10  Sól -7 | | | E kcal- 2333.60  B -86.60  T -82.70  Kw tł. nas -40  W -324.70  w tym cukry -61.80  Bł -31.70  Sól -4.80 | E kcal- 2436.50  B -91.60  T -91.50  Kw tł. nas -45.40  W -325.80  w tym cukry -62.60  Bł -31.70  Sól -5.60 | E kcal- 2190.30  B -77.10  T -53.20  Kw tł. nas -30.40  W -318.30  w tym cukry -66  Bł -33.60  Sól -6.70 | E kcal- 2246.90  B -91.10  T -69.10  Kw tł. nas -37  W -330.40  w tym cukry -74.60  Bł -36.50  Sól -7.80 | E kcal- 2915.20  B -109.30  T -108.30  Kw tł. nas -60.50  W -395.10  w tym cukry -75.20  Bł -47  Sól -10 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu