|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | | | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez mleka )** | **I ELIMINACJNA (bez glutenu)** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **30.04.2024 r WTOREK** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g( **1,18)**, jajko got.60g **3,** rukola 5g, sałatka hawajska z kurczakiem, ananasem i jarzynami 80g **7** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7 ,16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,**pasta z twarogu i pietr. ziel. 70g **7**, jabłko pieczone 150g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7 ,16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1,**pasta z twarogu i pietr. ziel. 70g **7**, jabłko pieczone 150g | | | Herbata 250ml,masło 20g**7**, chleb 50g **(1,18),** bułki 50g**1,**grysik na mleku 400ml **(1,7),** pasta z twarogu i pietr. ziel.50g **7**,jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g( **1,18)**, jajko got.60g **3,** rukola 5g, sałatka hawajska z kurczakiem, ananasem i jarzynami z sosem winegret 80g | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb bezgl 100g( **1,18)**, jajko got.60g **3**, rukola 5g, sałatka hawajska z kurczakiem, ananasem i jarzynami 80g **7** | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, pasta z twarogu i pietr.ziel.70g **7**, jabłko pieczone 150g | Kawa b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g  **7** ,chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**, jajko got.60g **3,**rukola 5g, sos warzywny z jog. 80g **7**, | Kawa b/cukru 250ml **(1, 7, 16,18),**masło 20g**7** , chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16)**,jajko got. 60g **3**, rukola 5g,sos warzywny z jog.80g **7**, |
| II śni |  | | | | | | | | | | Herbata b/c 250ml, masło 10g **7**, graham 65g(**1**,**16)** , ser żółty 30g **7** |
| **Obiad** | Kalafiorowa z mak.400ml **(1,7),** gulasz z żołądków indyczych 150g **(1,7)** , ziemn.200g **7**, sałatka z pora, ogórka kisz. i jabłka z olejem 150g, kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Jarzynowa z mak.400ml **(1, 7, 9),** gulasz woł.80g,sos naturalny 100ml **(1,7),** ziemn.200g **7**,ćwikła z jabłkiem got.180g, kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Jarzynowa z mak.400ml**(1,7,9),** gulasz woł.80g,sos naturalny 100ml **(1,7),**ziemn.200g **7**,ćwikła z jabłkiem got.180g, kompot z mieszanki kompotowej 250ml | | | | Kalafiorowa z mak b/ śmiet.400ml **1**, gulasz z żołądków indyczych 150g **1**, ziemn.200g, sałatka z pora, ogórka kisz. i jabłka z olejem 150g, kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Kalafiorowa z mak. bezgl 400ml **7**, gulasz z żołądków indyczych m/bezgl 150g **7,** ziemn.200g **7**, sałatka z pora, ogórka kisz. i jabłka z olejem 150g, kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Jarzynowa z mak.400ml **(1 , 7,9),** gulasz woł.80g,sos naturalny 100ml **(1,7),** ziemn. 200g **7**, ćwikła z jabłkiem got.180g, kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml | Jarzynowa z mak.400ml**(1,7,9),** gulasz woł.80g,sos nat. 100ml **1,** ziemn. 200g **7**, ćwikła z jabłkiem got. 180g, fasola szparagowa z bułką tartą 100g **1**, kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | Jogurt nat.100g z musem z mango b/c 30g- 120g **7** |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g( **1,18)**,pasztetowa wieprzowa 50g. **(1,6,7),** pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**,filet z indyka w galarecie 50g **(1,6,7),** sałata zielona 10g,pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18),**bułki 50g **1**,filet z indyka w galarecie 50g**(1,6,7),** sałata zielona 10g, pomidor b/s 50g | | 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 zielona10g, pomidor b/s 50g | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g( **1,18)**, pasztetowa wieprzowa 50g**( 1,6,7),**pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb bezgl. 100g (**1,18)**, wędlina drobiowa 50g, pomidor b/s 50g | 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. pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml , masło 20g **7**, chleb pszenno – żytni 50g (**1,18)** , graham 65g ( **1, 16)**, filet z indyka w galarecie 50g **(1,6,7),** sałata zielona 10g, pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno – żytni 50g (**1,18),** graham 65g( **1,16)**, filet z indyka w galarecie 50g **(1,6,7),** sałata zielona 10g,pomidor b/s 50g |
| **PN** | Banan 1szt | | Banan 1szt | | | | Banan 1szt | Banan 1szt | Serek mini nat.30g **7**, pieczywo chrupkie 2szt **1** | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal- 2521.30  B -107.30  T -99.40  Kw tł. nas -39.10  W -307.30  w tym cukry -81.50  Bł -28.30  Sól -7.80 | E kcal-2113,60  B -87.80  T -56.40  Kw tł. nas -32.20  W -325.20  w tym cukry -111.50  Bł -30.60  Sól -3.10 | E kcal-2113,60  B -87.80  T -56.40  Kw tł .nas -32.20  W -325.20  w tym cukry -111.50  Bł -30.60  Sól -3.10 | E kcal- 2507.50  B -103.90  T -65.10  Kw tł. nas -37.10  W -388.60  w tym cukry -132.70  Bł -30.90  Sól -3.60 | | | E kcal- 2365.10  B -98.30  T -92.70  Kw tł. nas -35.10  W -292.60  w tym cukry -70.70  Bł -27.60  Sól -6.60 | E kcal- 2347.10  B -93.20  T -99.10  Kw tł. nas -31.40  W -275.30  w tym cukry -84.80  Bł -27.20  Sól -7.70 | E kcal- 2020.20  B -86  T -55.10  Kw tł. nas -31.70  W -282.10  w tym cukry -62.50  Bł -32.50  Sól -7.20 | E kcal- 2064.60  B -85.10  T -60.60  Kw tł. nas -32.30  W -310.30  w tym cukry -66  Bł -37.60  Sól -7.90 | E kcal- 2450.60  B -102.60  T -78.20  Kw tł. nas -43  W -351.70  w tym cukry -74.70  Bł -42.70  Sól -9.40 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu