|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **I PODSTAWOWA** | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez jaj )** | **I ELIMINACYJNA (bez glutenu)**  | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
|  **5.05.2024 NIEDZIELA** |  **śniadanie** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, filet drobiowy wędzony 50g , jajko got.60g **3,** sałatka zimowa 80g **7** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7, 16,18)** , masło 20g **7**, chleb 50g( **1, 18 )**, bułki 50g **1**,filet drobiowy wędzony 50g,sos warzywny z jog. 70g **(7,9)** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g ( **1,18)**, bułki 50g**1**, filet drobiowy wędzony 50g, sos warzywny z jog.70g **(7,9)** | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7) ,**filet drobiowy wędzony 50g, sos warzywny z jog.70g **(7,9)** | Herbata250m **,** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytnie 100g (**1,18)**, filet drobiowy wędzony 50g, sałatka zimowa 80g **7** | Herbata 250ml **,** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytnie 100g (**1,18)**, filet drobiowy wędzony 50g,jajko got.60g **3**, sałatka zimowa z sosem winegret 80g  | Kawa z mlekiem b/ cukru 250ml (**1,7, 16, 18)**, masło 20g **7**,chleb 50g( **1,18),** graham 65g ( **1,16),** filet drobiowy wędzony 50g,sos warzywny z jog.70g **(7,9)** | Kawa b/cukru 250ml **(1, 7, 16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g ( **1,18)**, graham 65g (**1,16),** filet drob. wędzony 50g, jajko got. 60g **3,** sałatka zimowa z jog.80g **7** | Kawa b/cukru 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g( **1, 18)**, graham 65g (**1,16),** filet drob. wędzony 50g, jajko 60g **3**, sałatka zimowa z jog.80g **7** |
| II śni |  | Herbata b/c, masło10g **7**, graham 65g**(1,16),**papryka 30g |
|  **Obiad** | Pomidorowa z ryżem 400ml (**1,7)**,schab pieczony 80g,sos naturalny 100ml **(1,7),** ziem 200g **7,**buraczki 180g **(1, 7),** kompot z mieszanki 250ml | Grysikowa 400ml **(1,7,9),** schab pieczony w jarzynach 80g**,** sos biały 70m**l(1,7),** ziem.200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej 250ml | Pomidorowa z ryżem 400ml (**1,7)**, schab piecz w jarzynach 80g **,** sos biały 70ml **(1,7),**ziem 200g **7**,buraczki 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej 250ml | Pomidorowa z ryżem 400ml (**1,7)**,schab pieczony 80g, sos naturalny 100ml **(1,7),** ziem.200g **7**, buraczki 180g **(1, 7),** kompot z mieszanki 250ml | Pomidorowa z ryżem m/ bezgl 400ml **7**, schab pieczony 80g, sos naturalny m/ bezgl 100ml,ziem.200g **7,** buraczki m/ bezgl 180g **7,**kompot z mieszanki 250ml | Pomidorowa z ryżem 400ml (**1,7)**, schab piecz w jarzynach 80g **,** sos biały 70ml**(1,7),** ziem 200g **7**,buraczki 180g **(1,7),**kompot z mieszanki b/c 250ml | Pomidorowa z ryżem 400ml (**1,7)**, schab piecz w jarzynach 80g **,** sos biały 70ml**(1,7),**ziem 200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** sałatka z ogórka kiszonego i marchewki z olejem 100g, kompot z mieszanki owocowej b/c 250ml |
| **PD** |  | Herbata b/c, masło 10g **7,** graham 65g**(1,16),** rzodk20g |
|  **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** twaróg ze szczypiorkiem 70g **7,** jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,** twaróg z pietr ziel.70g **7**, filet z indyka prasowany 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,** twaróg z pietr.ziel. 70g **7**,filet z indyka prasowany 50g,jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),**twaróg z pietr.ziel. 70g **7**,jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** twaróg ze szczypiorkiem 70g **7**, jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb bezgl.100g, pasta z twarogu i szczypiorku 70g **7,** jabłko pieczone 150g | Herbata b/ cukru 250m , masło 20g **7**, chleb 50g **(1,18),** graham 65g **(1,16),** twaróg z pietr. ziel.70g **7**,filet z Indyka pras.50g, jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g 7,chleb pszenno –żytni 50g **(1,18) ,** graham65g **(1,16),** twaróg ze szczypiorkiem 70g **7**,jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g 7,chleb pszenno –żytni 50g **(1,18) ,** graham 65g **(1,16),** twaróg ze szczypiorkiem 70g **7**,jabłko pieczone 150g |
| **PN** |  Mus owocowo – warzywny 100g |  Mus owocowo – warzywny 100g | Mus owocowo- warzywny 100g |  Mus owocowo- warzywny 100g |  Sok pomidorowy 300ml  |
|  **Wart. odżywcza** | E kcal- 2207.40B -99.50T -80.20Kw tł. nas -36.20W –280.70w tym cukry -69Bł -27.10Sól –4.60 | E kcal- 2104.90B -103.70T -64.20Kw tł. nas -34W –287.40w tym cukry -87.50Bł -27Sól -5 | E kcal- 2156.90B -105.30T -65.30Kw tł. nas -34.70W –296.30w tym cukry -91.20Bł -26.60Sól -5 | E kcal- 2486.70B -116.30T -70.10Kw tł. nas -38.30W –357.90w tym cukry -101Bł -27Sól -4.70 | E kcal- 2133.70B -92.90T -75.60Kw tł. nas -34.70W –280.40w tym cukry -69Bł -27.70Sól -4.40 | E kcal- 2191.20B -84.60T -95.50Kw tł. nas -33.40W –254.40w tym cukry -72.40Bł -25.70Sól -4.90 | E kcal-2009.90 B -101.60T -61.50Kw tł. nas -32W –274.30w tym cukry -62Bł -35.50Sól -6.60 | E kcal- 2148.90B -107T -70.70Kw tł. nas -34.40W –284.70w tym cukry -67.50Bł -35.30Sól -8.20 | E kcal- 2609.30B -118.30T -89.60Kw tł. nas -45.80W –350.60w tym cukry -69.40Bł -44.50Sól -9.70 |