|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | | | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez mleka)** | **I ELIMINACYJNA (bez glutenu)** | **X/VII Cukrzycowo-Wątrobowa** | | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **19.05.2024 NIEDZIELA** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 100g(**1,18)**, kiełbasa małopolska 50g, rukola 5g,sałatka z selerem, ananasem, serem żółtym i jarzynami 80g **(7,9)** | Kawa z mlekiem 250ml **(1, 7, 16,18),** masło 20g **7**,chleb 50g (**1, 18)** , bułki 50g **1**, szynka golonkowa 50g, rukola 5g,sałatka jarzynowa z jog.80g **(7,9)** | Kawa z mlekiem 250ml (**1,7, 16,18),** masło 20g **7**,chleb 50g (**1, 18)** , bułki 50g **1**, szynka golonkowa 50g, rukola 5g,sałatka jarzynowa z jog.80g **(7,9)** | | | Herbata250ml,masło 20g**7**,chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),** szynka golonkowa 50g, rukola 5g,sałatka jarzynowa z jog.80g **(7,9)** | Herbata 250ml **,** masło 20g **7,**chleb pszenno –żytnie 100g(**1,18)**, kiełbasa małopolska 50g, rukola 5g,sałatka z selerem, ananasem i jarzynami z sosem winegret 80g **9** | Herbata 250ml **,** masło 20g **7,**chleb bezglut. 100g(**1,18)**, kiełbasa małopolska 50g,rukola 5g,sałatka z selerem, ananasem i jarzynami z sosem winegret 80g **9** | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g **7**,chleb 50g(**1,18),** graham 65g (**1,16),** szynka golonkowa 50g, rukola 5g,sałatka jarzynowa z jog. 80g **(7,9)** | | Kawa z mlekiem b/ cukru 250ml **(1,7,16, 18)** , masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16),** szynka golonkowa 50g, rukola 5g, sos warzywny z jog.80g **(7,9)** | Kawa z mlekiem b/ cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16),** szynka golonkowa 50g,rukola 5g, sos warzywny z jog.80g **(7,9)** |
| II śni |  | | | | | | | | | | | Herbata b/c, masło 10g **7**, graham 65g (**1,16),** ser żółty 30g **7** |
| **Obiad** | Grochowa(żółty) –krem z grzank.400ml **(1,7),** befsztykz cebulą 80g **3**, ziem.200g **7**,buraczki 180g **(1,7),**kompot z aronii 250ml | Selerowa -krem z grz.400ml **(1,7,9),** klops piecz. w jarz. 80g **3**,sos pietruszkowy 70ml**(1,7),** buraczki 180g **(1,7),**kompot z aronii 250ml | Selerowa -krem z grz.400ml **(1,7,9),** klops piecz. w jarz. 80g **3**,sos pietruszkowy 70ml **(1,7),** buraczki 180g **(1,7),**kompot z aronii 250ml | | | | Grochowa(żółty) b/ śmie t–krem z grzank 400ml**1** , befsztyk z cebulą 80g **3**, ziem. 200g, buraczki b/śmiet. 180g **1,** kompot z aronii 250ml | Grochowa (żółty) –krem z grzank. bezgl 400ml **7** , befsztyk z cebulą m/ bezgl 80g **3**, ziem200g **7,** buraczki m/bezgl 180g **7,** kompot z aronii 250ml | Selerowa- krem z grz. 400ml **(1,7,9),** klops piecz w jarz. 80g **3,**sos pietruszkowy 70ml **(1,7),** buraczki180g **(1,7),** kompot z aronii b/c 250ml | | Selerowa- krem z grz.400ml **(1,7,9),** klops piecz. w jarz. 80g **3,**sos pietruszkowy 70ml **(1,7),** buraczki180g **(1,7),** surówka z marchewki i jabłka z jog.100g **7**, kompot z aronii b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | | Herbata b/c, masło 10g **7**, graham 65g (**1,16),** pasztet z drobiu 30g **(1,6,7)** |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),**pasta z twarogu i szprotek w oleju z cebulą i pietr. ziel. 70g **(4,7),** pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**, pasta z twarogu i koperku 70g **7**,pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**, pasta z twarogu i koperku 70g **7**, pomidor b/s 50g | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),**pasta z twarogu i koperku 50g **7,** pomidor b/s 50g | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** szprotki w oleju 60g **4,** papryka 50g | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb bezgl.100g, pasta z twarogu i szprotek w oleju z cebulą i pietr ziel 70g **(4,7),** pomidor b/s 50g | Herbata b/ cukru 250ml, masło 20g **7**, chleb 50g **(1,18),** graham 65g **(1,16),** pasta z twarogu i koperku 70g **7**,pomidor b/s 50g | | Herbata b/cukru 250m l, masło 20g 7, chleb pszenno –żytni 50g **(1,18),** graham 65g **(1,16),** pasta z twarogu i sardynek w oleju ze szczyp. 70g **(4,7),** pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g 7,chleb pszenno –żytni 50g **(1,18),** graham 65g **(1,16),** pasta z twarogu i sardynek w oleju ze szczyp. 70g **(4,7),**pomidor b/s 50g |
| **PN** | Mus owocowy 100g,podpłomyk 1szt **1** | | Mus owocowy 100g,podpłomyk 1szt **1** | | | | Mus owocowy 100ml, podpłomyk 1szt **1** | Mus owocowy 100g | Jogurt naturalny 150ml **7.**podpłomyk b/c 1szt | | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2460.40  B -95.90  T -99  Kw tł.nas-38.80  W –313  w tym cukry -66.20  Bł-35.90  Sól -7.20 | E kcal- 2050.50  B -86.60  T -57.60  Kw tł.nas-31.80  W –264  w tym cukry -55.60  Bł-28  Sól -5.80 | E kcal- 2050.50  B -86.60  T -57.60  Kw tł.nas-31.80  W –264  w tym cukry -55.60  Bł-28  Sól -5.80 | E kcal-2292.50  B -106.80  T -67.20  Kw tł.nas-37.30  W –328.10  w tym cukry -77.40  Bł-28.40  Sól -6.30 | | | E kcal-2284.90  B -85.60  T -92.60  Kw tł.nas-34.10  W –293.60  w tym cukry -50.90  Bł-34.70  Sól -7.20 | E kcal-2286.50  B -75.90  T -110  Kw tł.nas-34  W –258.70  w tym cukry -64.60  Bł-32.20  Sól -7.50 | E kcal-2090.90  B -95.90  T -61.20  Kw tł.nas-33.80  W –268.70  w tym cukry -54.10  Bł-33.50  Sól -6.50 | E kcal-2112.20  B -99.50  T -63.30  Kw tł.nas-34.20  W –277.10  w tym cukry -59.50  Bł-33.80  Sól -6.90 | | E kcal-2626.80  B -120.80  T -95.20  Kw tł.nas-51  W –341.70  w tym cukry -60.10  Bł-42.20  Sól - 9.50 |