|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **I PODSTAWOWA** | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez mleka)** | **I ELIMINACYJNA (bez selera)** | **X/VII Cukrzycowo-Wątrobowa**  | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **21.05.2024 WTOREK** |  **śniadanie** | Herbata 250ml, masło 20g**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, awanturka z twarogu 50g **7**, kiełbasa żywiecka 50g, papryka 50g | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**, bułki 50g **1**, pasta z twarogu i kop.70g **7**, szynka konserw. 50g, pomidor b/s 50g | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**, bułki 50g **1**, pasta z twarogu i kop.70g **7**, szynka konserw. 50g, 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 kop. 50g **7,**szynka kons.50g, pomidor b/s 50g | Herbata 250ml, masło 20g**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**,jajko got.60g **3**, kiełbasa żywiecka 50g, papryka 50g | Herbata 250ml, masło 20g**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, awanturka z twarogu 50g **7**, kiełbasa żywiecka 50g,papryka 50g | Herbata b/c 250ml, masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**,graham 65g (**1**,**16),** pasta z twarogu i kop.70g **7,** szynka konserw.50g, pomidorki coctailowe 50g. | Herbata b/c 250ml, masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16) ,** awanturka z twarogu 70g **7**, szynka konserw. 50g, pomidorki coctailowe 50g | Herbata b/c 250ml, masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16) ,** awanturka z twarogu 70g **7,** szynka konserw. 50g, pomidorki coctailowe 50g |
| **II śni** |  | Herbata b/c , graham 65g (**1,16),** masło 10g **7**, rzodkiewka 20g |
|  **Obiad** | Ogórkowa z ryżem 400ml **(1,7) ,** kotlet z piersi indyka 100g **(1,3),** ziem. 200g **7,** marchewka z kukurydzą 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Jarzynowa z ryżem 400ml **(1,7,9)** **,** pierś z indyka piecz. w jarz. 80g, sos pietruszkowy 70ml **(1,7),**ziem 200g **7,** marchewka 180g **(1,7)** **,** kompot z jabłek 250ml | Jarzynowa z ryżem 400ml **(1,7,9) ,** pierś z indyka piecz. w jarz.80g, sos pietruszkowy 70ml **(1,7) ,**ziem 200g **7**, marchewka 180g**(1,7) ,** kompot z jabłek 250ml | Ogórkowa z ryżem b/śmiet 400ml **1 ,** kotlet z piersi indyka 100g **(1,3),** ziem 200g **7,** marchewka z kukurydzą 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Ogórkowa z ryżem 400ml **(1,7) ,** kotlet z piersi indyka 100g **(1,3),** ziem.200g **7,** marchewka z kukurydzą 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Jarzynowa z ryżem 400ml **(1,7,9) ,** pierś z indyka piecz. w jarz. 80g, sos pietruszkowy 70ml **(1,7),** ziem 200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z jabłek b/c 250ml | Jarzynowa z ryżem 400ml **(1,7,9),** pierś z indyka piecz. w jarz. 80g, sos pietruszkowy 70ml **(1,7)** , ziem 200g **7**, marchewka 180g **(1,7)** , surówka z kalarepki z jog.100g **7**, kompot z jabłek b/c 250ml |
| **PD** |  | Herbata b/c , **7**,wafle ryżowe 2szt, ser homog nat 30g**7** |
|  **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18), s**alceson wieprzowy 70g (**1,6,7**),chrzan z jajkiem 40g **(3,7),**rzodkiewka 20g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1**, szynka got.50g,sałata zielona 10g,sos warzywny z jog.70g **(7,9)** | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**,szynka got. 50g,sałata zielona10g,sos warzywny z jog.70g **(7,9)** | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g**1**,grysik na mleku 400ml (**1,7)**, szynka got.50g,sałata ziel. 10g,sos warzywny z jog.70g **(7,9)** | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18). s**alceson wieprzowy 70g (**1,6,7),**rzodkiewka 20g | Herbata 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18). s**alceson wieprzowy 70g **(1,6,7),** chrzan z jajkiem 40g **(3,7),** rzodkiewka 20g | Herbata 250ml , masło 20g**.7,** chleb 50g ( **1,18)**, graham 65g (1,16),szynka got.50g,sałata ziel. 10g,sos warzywny z jog.70g **(7,9)** | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** szynka got 50g **(1,6,7),** sałata ziel 10g. sał. z ogórka kiszonego i papryki 60g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** szynka got 50g **(1,6,7**), sałata ziel 10g. sał. z ogórka kisz. i papryki 60g |
| **PN** |  Jogurt owocowy 170g **7** |  Jogurt owocowy 170g **7** |  Jogurt owocowy 170g **7** |  Serek wiejski ziarnisty 150g **7** |
|  **Wart. odżywcza** | E kcal- 2108.20B -90T -81.50Kw tł. nas –40.80 W -240.90W tym cukry -42Bł -27.30Sól – 7.90 | E kcal-2142.42B -103T -58.70Kw tł. nas –31.20 W -314.80W tym cukry -56.10Bł -31Sól – 9 | E kcal-2142.42B -103T -58.70Kw tł. nas –31.20 W -314.80W tym cukry -56.10Bł -31Sól – 9 | E kcal-2428.40B -122.10T -71.20Kw tł. nas –38.70 W -338W tym cukry -88.40Bł -28.30Sól – 8.80 | E kcal-1995.20B -79T -74.70Kw tł. nas –36 W -228.60W tym cukry -32.40Bł -26.70Sól – 7.70 | E kcal- 2108.20B -90T -81.50Kw tł. nas –40.80 W -240.90W tym cukry -42Bł -27.30Sól – 7.90 | E kcal-2050.50B -101.20T -59.10Kw tł. nas –31.60 W -251.60W tym cukry -41.40Bł -33.30Sól – 8.50 | E kcal-2100.20B -93,40T -59.60Kw tł. nas –30.90 W -255.80W tym cukry -38.60Bł -33.30Sól – 7.30 | E kcal-2240.30B -107.10T -72.40Kw tł. nas –38.50 W -307.90W tym cukry -47.20Bł -38.10Sól – 8.30 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu