|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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- 2108.20  B -90  T -81.50  Kw tł. nas –40.80  W -240.90  W tym cukry -42  Bł -27.30  Sól – 7.90 | E kcal-2142.42  B -103  T -58.70  Kw tł. nas –31.20  W -314.80  W tym cukry -56.10  Bł -31  Sól – 9 | E kcal-2142.42  B -103  T -58.70  Kw tł. nas –31.20  W -314.80  W tym cukry -56.10  Bł -31  Sól – 9 | E kcal-2428.40  B -122.10  T -71.20  Kw tł. nas –38.70  W -338  W tym cukry -88.40  Bł -28.30  Sól – 8.80 | | | E kcal-1995.20  B -79  T -74.70  Kw tł. nas –36  W -228.60  W tym cukry -32.40  Bł -26.70  Sól – 7.70 | E kcal- 2108.20  B -90  T -81.50  Kw tł. nas –40.80  W -240.90  W tym cukry -42  Bł -27.30  Sól – 7.90 | E kcal-2050.50  B -101.20  T -59.10  Kw tł. nas –31.60  W -251.60  W tym cukry -41.40  Bł -33.30  Sól – 8.50 | E kcal-2100.20  B -93,40  T -59.60  Kw tł. nas –30.90  W -255.80  W tym cukry -38.60  Bł -33.30  Sól – 7.30 | E kcal-2240.30  B -107.10  T -72.40  Kw tł. nas –38.50  W -307.90  W tym cukry -47.20  Bł -38.10  Sól – 8.30 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu