|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | | | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez jaj )** | **I WYSOKOBIAŁKOWA** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **3.06.2024 PONIEDZIAŁEK** | **śniadanie** | Herbata 250ml**,** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**,grysik na mleku 400ml **7,** kiełbasa żywiecka 50g, sałata ziel.10g, sałatka buraczana 80g **7** | Herbata 250ml **,** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml **7**, sałata ziel.10g, szynka biała 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml **,** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml **7,** szynka biała 50g,sałata zielona 10g,jabłko pieczone 150g | | | Herbata250ml,masło 20g.**7,** chleb 50g.(**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml**(1,7),** szynka biała 50g,sałata zielona10g, jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml**,** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, grysik na mleku 400ml**(1,7),** kiełbasa żywiecka 50g, sałata ziel.10g, sałatka buraczana 80g **7** | Herbata 250ml**,** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, grysik na mleku 400ml **(1,7),** kiełbasa żywiecka 70g, sałata ziel.10g, sałatka buraczana 80g **7** | Kawa z mlekiem b/c 250ml **(1,7,16,18),**  masło 20g **7,** chleb 50g (**1, 18)**, graham 65g (**1**,**16),** szynka biała 50g, sos warzywny z jog.70g **(7,9),**sałata ziel.10g, jabłko pieczone 150g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7,16,18),**masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18)** , graham 65g (**1,16),** szynka biała 50g, sałata ziel.10g,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 biała 50g, sałata ziel 10g, sos warzywny z jog.80g **(7,9)** |
| **II śni** |  | | | | | | | | | | Herbata b/c, pieczywo chrupkie 2szt, ser homog. nat.30g **7** |
| **Obiad** | Krupnik 400ml **(1,7,9),** jajko gotowane 2szt **3**,sos musztardowy 100ml (**7,10)** ziem. 200g **7**,pomidorki coctailowe 100g, brukselka got z bułką tartą 150g **1**, kompot z porzeczek i agrestu 250ml | Krupnik 400ml **(1,7,9),** makaron ze serem 350g **(1,7),** mus jabłkowy 150g, kompot z porzeczek i agrestu 250ml | Barszcz z ziemn.400ml **(1,7,9),** makaron ze serem 350g **(1,7),** mus jabłkowy 150g, kompot z porzeczek i agrestu 250ml | | | | Krupnik 400ml **(1,7,9),** ryba saute 100g , sos musztardowy 100ml (**7**,**10),** ziem.200g **7**, pomidorki coctailowe 100g, brukselka z bułką tartą 150g **1**, kompot z porzeczek i agrestu 250ml | Krupnik 400ml **(1,7,9),** jajko gotowane 2szt **3**,sos musztardowy 100ml (**7,10),** ziem.200g **7,** pomidorki coctailowe 100g, brukselka z bułką tartą 150g **1**, kompot z porzeczek i agrestu 250ml | Krupnik 400ml **(1,7,9),** mięso mielone 80g ziem.200g **7**,sos pietruszkowy 70ml **(1,7)**, pomidorki coctailowe 150g, kompot z porzeczek i agrestu b/c 250ml | Krupnik 400ml**(1,7,9),** jajko got 2szt 120g **3**,ziem.200g **7**, sos pietruszkowy 70ml **(1,7),** pomidorki coctailowe 100g, sałatka z kapusty czerwonej i jabłka z olejem 100g, kompot z porzeczek i agrestu b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | Herbata b/c ,masło 10g **7**, graham 65 g (**1,16),** szczypiorek 20g |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, pasztet wieprzowy zap.50g **(1,6,7),** papryka 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**,pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, jogurt owocowy 150g **7** | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**,pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, jogurt owocowy 150g **7** | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g ( **1,18)** bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml( **1,7),** pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, jogurt owocowy 150g **7** | | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, pasztet wieprzowy zap. 50g **(1,6,7),** papryka 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, pasztet wieprzowy zap. 70g **(1,6,7),** papryka 50g | Herbata b/ cukru 250ml, masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)** , graham 65g (**1,16)**, pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, jogurt nat. 150g **7** | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**, chleb pszenno –żytni 50g (**1, 18) ,** graham 65g (**1,16),** pasztet drob. zap. 50g **(1,6,7),** papryka 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1, 18) ,** graham 65g (**1,16),** pasztet drob.zap. 50g **(1,6,7),** papryka 50g |
| **PN** | Mus owocowy 100ml,podplomyk 1szt **1** | | Mus owocowy 100ml,podpłomyk 1szt **1** | | | | Mus owocowy 100ml, podpłomyk 1szt **1** | Mus owocowy 100ml, podpłomyk 1szt **1** | Sok pomidorowy 300ml .podpłomyk 1szt | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2697.30  B -93.20  T -125.10  Kw tł. nas –49.60  W -310.70  W tym cukry -61.50  Bł -26.60  Sól – 9.40 | E kcal-2393.20  B -89  T -62.60  Kw tł. nas –33.80  W -378.60  W tym cukry -91.30  Bł -27.20  Sól – 4.20 | E kcal-2413.90  B -89.70  T -62.60  Kw tł. nas –33.80  W -383.40  W tym cukry -95.60  Bł -27.70  Sól – 4.30 | E kcal-2698  B -104.80  T -70.20  Kw tł. nas –38  W -422.90  W tym cukry -112.80  Bł -28.50  Sól – 4.70 | | | E kcal-2438.10  B -76.40  T -114.10  Kw tł. nas –46.30  W -287  W tym cukry -61.40  Bł -25.80  Sól – 9 | E kcal-2719.80  B -97.20  T -135  Kw tł. nas –53.40  W -289  W tym cukry -61.50  Bł -25.90  Sól – 10 | E kcal-2207.50  B -87  T -66.80  Kw tł. nas –33.90  W -331.70  W tym cukry -67  Bł -36.30  Sól – 6.50 | E kcal-2357.30  B -83.70  T -73.20  Kw tł. nas –34  W -358.20  W tym cukry -84,60  Bł -42.60  Sól – 8.20 | E kcal-2703.80  B -94.80  T -86.40  Kw tł. nas –41.70  W -406.70  W tym cukry -86.70  Bł -48.30  Sól – 9.10 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu