|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | | **I ELIMINACYJNA ( bez selera)** | **I WYSOBIAŁKOWA** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **4.06.2024 WTOREK** | **śniadanie** | Herbata 250ml **,** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g ( **1,18**) , twaróg ze szczyp.70g **7**, polędwica sopocka 30g, barszczyk czerwony 150ml | Herbata250ml **,** masło 20g **7**,chleb 50g (**1, 18)**, bułki 50g **1,** twaróg z pietr. ziel, 70g **7**, polędwica sopocka 30g, sok Kubuś 300ml | Herbata250ml**,** masło 20g **7**,chleb 50g (**1, 18)**, bułki 50g **1,** twaróg z pietr. ziel. 70g **7**, polędwica sopocka 30g, sok Kubuś 300ml | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1,**grysik na mleku 400ml **(1,7),** twaróg z pietr.ziel 50g **7,** polędwica sopocka 30g | | Herbata 250ml **,** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytnie 100g ( **1,18**), twaróg ze szczyp.70g **7**, polędwica sopocka 30g, barszczyk czerwony 150ml | Herbata 250ml **,** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytnie 100g ( **1,18**), twaróg ze szczyp.100g **7**, polędwica sopocka 30g 7,barszczyk czerwony 150ml | Herbata b/ cukru 250ml **,**  masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16**), twaróg z pietr. ziel. 70g **7**,polędwica sopocka 30g, barszczyk czerwony 150g | Herbata b/cukru 250ml **,**  masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g **(1,16),** twaróg ze szczyp. 70g **7**, polędwica sopocka 30g, rzodkiewka 20g | Herbata b/cukru 250ml **,**  masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g **(1,16),** twaróg ze szczyp. 70g **7,** polędwica sopocka 30g, rzodkiewka 20g |
| **II śni** |  | | | | | | | | | Herbata b/ c , graham 65g (**1,16),**masło 10g **7**, jajko got.60g **3** |
| **Obiad** | Ogórkowa z ryżem 400ml **(1,7,9),** sztufada wołowa w sosie własnym 150g **(1,7),** ziemn.200g **7**, surówka z marchewki, jabłka ze śmiet. i jog. 150g **7**, kompot z jabłek 250ml | Koperkowa z ryżem400ml **(1,7,9),** pulpet woł. piecz. w jarz.80g **3,** sos biały 70ml **(1,7),** ziemn.200g **7**, marchewka 180g**(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Koperkowa z ryżem 400ml**(1,7,9),** pulpet woł. piecz. w jarz.80g **3**, sos biały 70ml**(1,7),** ziemn.200g **7,** marchewka 180g **(1,7)**, kompot z jabłek 250ml | | | Ogórkowa z ryżem bez selera400m**l(1,7),** sztufada wołowa w sosie własnym 150g **(1,7),** ziemn.200g **7**, surówka z marchewki ze śmiet. i jog.150g **7,** kompot z jabłek 250ml | Ogórkowa z ryżem 400ml **(1,7,9),** sztufada wołowa w sosie własnym 170g **(1,7),** ziemn.200g **7,** surówka z marchewki ze śmiet. i jog.150g **7,** kompot z jabłek 250ml | Koperkowa z ryżem 400ml **(1,7,9),** pulpet woł. piecz. w jarz.80g **3,** sos biały 70ml **(1,7),** ziemn. 200g **7,** marchewka 180g **(1,7),** kompot z jabłek b/c 250ml | Koperkowa z ryżem 400ml**(1,7,9),** pulpet woł. piecz. w jarz.80g **3,** sos biały 70ml **(1,7),** ziemn.200g **7,** marchewka 180g**(1,7),** surówka z kapusty kiszonej i marchewki z olejem 100g,kompot z jabłek b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | Herbata b/ c ,masło 10g **7**, graham 65g(**1,16)** ,ogórek świeży 30g |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** salceson wieprzowy 70g **(1,6,7),** musztarda 30g **10,** rzodkiewka 20g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**, kiełbasa drob. pods. 50g, szpinak listki 5g, pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**, kiełbasa drob. pods. 50g, szpinak listki 5g, pomidor b/s 50g | | Herbata250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml (**1,7) ,** kiełbasa drob. pods. 50g, szpinak listki 5g, pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** salceson wieprzowy 70g **(1,6,7),** musztarda 30g **10**, rzodkiewka 20g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** salceson wieprzowy 90g **(1,6,7),** musztarda 30g **10**, rzodkiewka 20g | Herbata b/ cukru 250ml, masło 20g **7,** chleb 50g ( **1,18),** graham 65g (**1,16),** kiełbasa drob. pods. 50g, szpinak listki 5g, pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 50g (**1,18) ,** graham65g (**1,16)**, kiełbasa drob.pods. 50g, szpinak listki 5g, pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7,**chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),**graham65g (**1,16)**, kiełbasa drob. pods. 50g, szpinak listki 5g, pomidor b/s 50g |
| **PN** | Drożdżówka z serem 80g **(1,3, 7)** | | Drożdżówka z serem 80g **(1,3, 7)** | | | Drożdżówka z serem 80g **(1,3, 7)** | Drożdżówka z serem 80g **(1,3, 7)** | Jogurt nat.150ml **7.** podpłomyk b/c **1** | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2269.50  B -85.80  T -91.80  Kw tł. nas – 41.40  W -288.80  W tym cukry -81  Bł -28.70  Sól – 4.90 | E kcal-2136.60  B -83.50  T -62.80  Kw tł. nas –32.50  W -298  W tym cukry -80.50  Bł -27.90  Sól – 7 | E kcal-2136.60  B -83.50  T -62.80  Kw tł. nas –32.50  W -298  W tym cukry -80.50  Bł -27.90  Sól – 7 | | E kcal-2433.20  B -107.30  T -76.10  Kw tł. nas –40.30  W -341.50  W tym cukry -84  Bł -23.20  Sól – 7.50 | E kcal-2266.50  B -85.60  T -91.80  Kw tł. nas –41.40  W -288.10  W tym cukry -80.80  Bł -28.20  Sól – 4.90 | E kcal-2243.50  B -103.30  T -99.40  Kw tł. nas –44.60  W -246  W tym cukry -45.70  Bł -25.50  Sól – 6.10 | E kcal-2100.40  B -83.60  T-62.20  Kw tł. nas –32  W -277.30  W tym cukry -52.10  Bł -33  Sól – 7.20 | E kcal-2065.40  B -93.30  T -72.40  Kw tł. nas –72.40  W -275.30  W tym cukry -49.10  Bł -32.80  Sól – 8.10 | E kcal- 2597  B -111  T -96.30  Kw tł. nas –48.40  W -339.70  W tym cukry -49.90  Bł -41.20  Sól – 9.80 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu