|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **I PODSTAWOWA** | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez jaj )** | **I ELIMINACYJNA (bez glutenu)**  | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
|  **5.06. 2024 r ŚRODA** |  **śniadanie** | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, płatki owsiane na mleku 400ml **(7,17),** roszponka 5g , jajko got. 60g **3**, sał. hawajska z kurcz.90g **7** | Herbata250ml, masło 20g **7**, chleb 50g( **1,18)**,bułki 50g**1**, płatki owsiane na mleku 400ml **(7,17),** powidło 50g, mus owocowo-warzywny 100g | Herbata250ml, masło 20g **7**, chleb 50g( **1, 18 )**, bułki 50g **1**, płatki owsiane na mleku 400ml**(7,17),** powidło 50g, mus owocowo -warzywny 100g | Herbata250ml,masło 20g**7**,chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7) ,** powidło 50g, mus owocowo -warzywny 100g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, płatki owsiane na mleku 400ml **(7,17),**roszponka 5g, ser żółty 50g **7,** sał. hawajska 90g **7** | Herbata 250ml **,** masło 20g **7,** chleb bezgl 100g (**1,18),** jajko got.60g**3** , roszponka 5g,sałatka hawajska z sosem winegret 80g  | Kawa z mlekiem b/ cukru 250ml **(1, 7, 16, 18),** masło 20g **7**,chleb 50g( **1,18),** graham 65g ( **1,16),**  wędlina drobiowa 50g, roszponka 5 g.  | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g( **1, 18)**, graham 65g (**1,16),** jajko got.60g **3,** roszponka 5g, sałatka buraczana z jog. 80g **7** | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g( **1, 18)**, graham 65g (**1,16),** jajko got. 60g **3**, roszponka 5g, sałatka buraczana z jog.80g **7** |
| II śni |  | Herbata b/c, masło 10g **7**, graham 65g **(1,16),**papryka 30g |
|  **Obiad** | Żurek z ziemn i kiełb białą (50g) 400ml**(1,7),** łazanki z kapustą i wędliną 350g **1**, kisiel z jabłkiem płynny 250ml **7** | Ziemniaczana 400ml**(1,7,9),** risotto z mięsem i jarzynami 350g **9**, sos koperkowy 100ml**(1,7),** kisiel z jabłkiem płynny 250ml **7** | Żurek z ziemn.400ml**(1,7),** risotto z mięsem i jarzynami 350g **9,** sos koperkowy 100ml**(1,7),** kisiel z jabłkiem płynny 250ml **7** | Żurek z ziemn i kiełb białą(50g) 400ml**(1,7),** łazanki z kapustą i wędliną 350g **1**, kisiel z jabłkiem płynny 250ml **7** | Ziemniaczana z dod. mąki kukurydz.400ml **(7,9),** makaron bezgluten. z kapustą i wędliną 350g, kisiel z jabłkiem płynny 250ml **7** | Żurek z ziemn.400ml **(1,7),** risotto z mięsem i jarzynami 350g **9**, sos koperkowy 100ml **(1,7),** kisiel z jabłkiem płynny b/c 250ml **7** | Żurek z ziemn.400ml**(1,7),** risotto z mięsem i jarzynami 350g **9,** sos koperkowy 100ml **(1,7),** surówka z marchewki i jabłka z jog 100g 7 , kisiel z jabłkiem płynny b/c 250ml **7** |
| **PD** |  | Sałatka z kapusty pekińskiej, marchewki, jabłka z olejem 150g |
|  **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** pasta z twarogu i ogórka świeżego ze szczyp.70g **7**, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,** pasta ztwarogu z pietr. ziel. 70g **7**,jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,** pasta z twarogu z pietr ziel.70g **7**, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),**pasta ztwarogu z pietr.ziel. 50g**7**, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** szynka got 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb bezgl 100g (**1,18),** pasta z twarogu i ogórka św. i cebuli 70g **7**, jabłko pieczone 150g | Herbata b/ cukru 250ml, masło 20g **7**, chleb 50g **(1,18),** graham 65g **(1,16),** pasta z twarogu z pietr. ziel.70g **7**, jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g 7,chleb pszenno –żytni 50g **(1,18) ,** graham65g **(1,16),** pasta z twarogu i ogórka świeżego i szczyp. 70g **7,** jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g 7,chleb pszenno –żytni 50g **(1,18) ,** graham 65g **(1,16),** pasta z twarogu i ogórka świeżego i szczyp. 70g **7**, jabłko pieczone 150g |
| **PN** | Gratka drink owocowy 170g **7** | Gratka drink owocowy 170g **7** | Gratka drink owocowy 170g **7** | Gratka drink owocowy 170g **7** |  Kefir 200g. **7** podpłomyk 1szt |
|  **Wart. odżywcza** | E kcal- 2662.20B-131.10T-97.70Kw. tł. nas-45.80W-327.60W tym cukry-70.60Bł-25.10Sól-7,10 | E kcal-2449.80B -75.20T -52.60Kw tł. nas –30 W -434.30W tym cukry -110Bł -37.80Sól – 6.50 | E kcal-2376.20B -73.20T -55.10Kw tł. nas –31.30 W -411.30W tym cukry -105Bł -33.50Sól – 6.50 | E kcal-2624.30B -83T -59.70Kw tł. nas –34.60 W -453W tym cukry -157Bł -32.90Sól – 6.90 | E kcal-2588.50B -124.50T -92.60Kw tł. nas –44.20 W -327.30W tym cukry -70.60Bł -25.10Sól – 6.90 | E kcal-2494.70B -104.70T -107Kw tł. nas –41.20 W -284.90W tym cukry -66.60Bł -30.30Sól – 7.70 | E kcal-2061.40B -78.30T -53.60Kw tł. nas –30.80 W -330.40W tym cukry -80.90Bł -34.40Sól – 8 | E kcal-2171.90B -78.40T -57.70Kw tł. nas –32 W -350.90W tym cukry -93.90Bł -39.10Sól – 7.40 | E kcal-2478.60B -85.50T -72.50Kw tł. nas –38.10 W -390.60W tym cukry -99.80Bł -46.30Sól – 8.20 |