|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | | | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez selera)** | **I ELIMINACYJNA (bez glutenu)** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
| **8.06.2024 r SOBOTA** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g.**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)** , pasta z makreli ze szczyp.70g **4**, rzodkiewka 20g | Kawa z mlekiem(**1,7, 16,18**), masło 20g **7**, chleb 50g (**1**, **18)** , bułki 50g.**1**, szynka z indyka 50g, ketchup jarzynowy 40g **9** | Kawa z mlekiem(**1,7, 16,18**), masło 20g **7**, chleb 50g (**1**, **18)**,bułki 50g.**1**, szynka z indyka 50g, ketchup jarzynowy 40g **9** | | | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18),** bułki 50g**1**, grysik na mleku 400ml **(1,7),** szynka z indyka 50g, ketchup jarzynowy 40g **9** | Kawa z mlekiem 250ml masło 20g.**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, pasta z makreli ze szczyp.70g **4,** ogórek świeży 50g | Herbata 250ml , masło 20g.**7,** chleb bezglutenowy 100g**, (1**,**18)**, pasta z makreli ze szczyp. 70g **4,** ogórek świeży 50g | Kawa b/cukru z mlekiem **(1,7, 16,18)** 250ml , masło 20g **7**,chleb 50g(**1,18)**, graham 65g**(1,16)**, szynka z indyka 50g, ketchup jarzynowy 40g **9** | Kawa b/cukru 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1, 16),** pasta z makreli ze szczyp 70g **4**, rzodkiewka 20g | Kawa b/cukru 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16),** pasta z makreli ze szczyp.70g **4,** rzodkiewka 20g |
| **II śni** |  | | | | | | | | | | Herbat b/c,masło10g **7**,graham 65g**(1,16),** ser żółty 30g **7** |
| **Obiad** | Ziemniaczana **(1,7,9),** gulasz z szynki wieprzowej 80g **3**, sos nat. 100ml **(1,7),** kasza 180g **7**, sałata zielona z kukurydzą z jog. i śmiet.60g **7,** kompot z aronii 250ml | Ziemniaczana 400ml**(1,7,9),** gulasz woł 80g **3**,sos nat 100ml. kasza 180g **7**, sałata zielona z jog 60g**7,** kompot z aronii 250ml | Ziemniaczana 400ml**(1,7,9),** gulasz z woł 80g **3**,sos nat 100ml. kasza 180g **7**, sałata zielona z jog 60g**7,** kompot z aronii 250ml | | | | Ziemniaczana b/ selera 400ml **(1,7,9),** gulasz z szynki wieprz 80g **3**, sos nat.100ml **(1,7),** kasza 180g **7**, sałata zielona z kukurydzą ( 20g) z jog. i śmiet.60g **7,** kompot z aronii 250ml | Ziemniaczana 400ml **(1,7,9),** gulasz z szynki wieprz 80g **3**, sos nat.100ml **(1,7),** ryż 200g, sałata zielona z kukurydzą ( 20g) z jog. i śmiet.60g **7,** kompot z aronii 250ml | Ziemniaczana 400ml **(1, 7,9),** gulasz woł 80g **3**,sos nat 100ml. kasza 180g **7**, sałata zielona z jog 60g**7,** kompot z aronii b/c 250ml | Ziemniaczana 400ml**(1,7,9),** gulasz woł 80g **3**,sos nat 100ml. kasza 180g **7**, sałata zielona z jog 60g**7,** marchewka mini got 100g. kompot z aronii b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | Herbat b/c,masło10g **7**,graham 65g**(1,16),**szczypiorek 20g |
| **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** ser homog.70g **7**,dżem 50g, sok pomarańczowy 150ml | Herbata 250ml,masło 20g**. 7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1** ser homog.70g **7**, dżem 50g, sok marchewkowy 150ml | Herbata 250ml,masło 20g**. 7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1,** ser homog. 70g **7**, dżem 50g, sok marchewkowy 150ml | | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g**1**,grysik na mleku 400ml (**1,7)**, ser homog.70g **7**, dżem 50g.sok marchewk 150ml | | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, ser homog.70g **7**,dżem 50g, sok pomarańczowy 150ml | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, ser homog. 70g **7**,dżem 50g, sok pomarańczowy 150ml | Herbata 250ml , masło 20g**7,** chleb 50g ( **1,18)**, graham 65g **1**, ser homog. 70g **7**, pomidor b/ s 50g. barszczyk czerwony 150ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** ser homog.70g **7**, og św 50g.barszczyk czerwony 150ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** ser homog.70g **7**, og św 50g. barszczyk czerwony 150ml |
| **PN** | Mus owocowo-warzywny 100g | | Mus owocowo-warzywny 100g | | | | Mus owocowo-warzywny 100g | | Sok pomidorowy 300ml | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2140.20  B -78.30  T -87.80  Kw tł. nas –37.50  W -241.90  W tym cukry -83.10  Bł -21.50  Sól – 6.10 | E kcal-2100.30  B -79.30  T -59.40  Kw tł. nas – 33.30  W -297.50  W tym cukry -109  Bł -29.80  Sól – 6.30 | E kcal-2100.30  B -79.30  T -59.40  Kw tł. nas – 33.30  W -297.50  W tym cukry -109  Bł -29.80  Sól – 6.30 | E kcal-2278.70  B -88.70  T -68.80  Kw tł. nas –38.70  W -339.10  W tym cukry -111.60  Bł -27.50  Sól – 6.60 | | | E kcal-2120.20  B -77.30  T -87.70  Kw tł. nas –37.10  W -240.90  W tym cukry -82.90  Bł -20.50  Sól – 6.10 | E kcal-2040.20  B -76.10  T -85.00  Kw tł. nas –36.40  W -233.90  W tym cukry -80.40  Bł -20.90  Sól – 6.010 | E kcal-1995.50  B -83.10  T -60.30  Kw tł. nas –33.60  W -246.40  W tym cukry -43.70  Bł -35.60  Sól – 8 | E kcal-1931.30  B -79.30  T -75.30  Kw tł. nas –36.30  W -250.10  W tym cukry -47.50  Bł -35.20  Sól – 9.20 | E kcal-2482.50  B -99.30  T -101  Kw tł. nas – 51.80  W -314.30  W tym cukry -48.30  Bł -43.90  Sól – 11.40 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu