|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **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** ) |
|  **13.06.2024 CZWARTEK** |  **śniadanie** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, frankfurterki 100g - 2szt **(1,6,7),** ketchup 30g,ogórek świeży 50g | Herbata 250ml **,** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**, wędlina drobiowa 50g, twaróg z pietr.ziel.50g **7**, ketchup jarzynowy 40g **9** | Herbata 250ml **,** masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**, parówka wiedeńska 100g – 2szt **(1,6,7),** twaróg z pietr.ziel.50g **7** , ketchup jarzynowy 40g **9** | Herbata 250ml,masło 20g.**7,** chleb 50g.(**1,18),** bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml **(1,7),** parówka wiedeńska 100g-2szt **(1,6,7),** ketchup jarzynowy 40g **9** | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)** , frankfurterki 100g-2szt **(1,6,7),** ketchup 30g, ogórek świeży 50g | Kawa z mlekiem250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)** , frankfurterki 100g-2szt (**1,6,7)**, ketchup 30g, ogórek świeży 50g | Herbata b/c 250ml **,**masło 20g **7,** chleb 50g (**1, 18)**, graham 65g (**1**,**16),** parówka wiedeńska 100g -2szt **(1,6,7),** twaróg z pietr. ziel.50g **7,**ketchup jarzynowy 40g **9** | Herbata b/cukru 250ml **,** masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18)** , graham 65g (**1,16),** parówka wiedeńska 100g-2szt **(1, 6, 7),** ketchup jarzynowy 40g **9**, ogórek świeży 50g | Herbata b/cukru 250ml **,** masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18)** , graham 65g (**1,16),** parówka wiedeńska 100g-2szt **(1,6,7),**ketchup jarzynowy 40g **9**, ogórek świeży 50g |
| **II śni** |  | Herbata b/c ,masło 10g **7**, graham 65 g (**1,16),** pasztet z dr 32g |
|  **Obiad** | Barszcz ukraiński z ziemn. 400ml **(1,7,9),** gulasz z żołądków indyczych z sosem 150g **(1,7),** kasza jęczmienna 180g **1,** sałatka z ogórka kiszonego, marchewki i cebuli czerwonej z olejem 150g, kompot z porzeczki i agrestu 250ml | Jarzynowa z ziemn. 400ml **(1,7,9)** , gulasz woł.80g +sos nat. 100ml **(1,7),** kasza jęczmienna 180g **1**, sałata zielona z jog. 60g **7,** kompot z porzeczek i agrestu 250ml | Barszcz ukraiński z ziemn.400ml **(1,7,9),** gulasz woł.80g+sos nat.100ml **(1,7),** kasza jęczmienna 180g **1,** sałata zielona z jog.60g **7**, kompot z porzeczek i agrestu 250ml | Barszcz ukraiński z ziemn. 400ml **(1,7,9),** gulasz z żołądków indyczych z sosem 150g **(1,7),** kasza jęczmienna 180g **1,** sałatka z ogórka kiszonego, marchewki i cebuli czerwonej z olejem 150g, kompot z porzeczki i agrestu 250ml | Barszcz ukraiński z ziemn. 400ml **(1,7,9),** gulasz z żołądków indyczych z sosem 150g **(1,7),** kasza jęczmienna 180g **1**, sałatka z ogórka kiszonego, marchewki i cebuli czerwonej z olejem 150g, kompot z porzeczki i agrestu 250ml | Barszcz ukraiński z ziemn.400ml **(1,7,9),** gulasz woł.80g+sos nat. 100ml **(1,7),** kasza jęczmienna 180g **1**, sałata zielona z jog.60g **7**, kompot z porzeczek i agrestu b/c 250ml | Barszcz ukraiński z ziemn.400ml **(1,7,9),** gulasz woł. 80g +sos nat.100ml **(1,7),** kasza jęczmienna 180g **1,** sałata zielona z jog.60g **7,** marchewki mini 100g **1**, kompot z jabłek b/c 250ml |
| **PD** |  | Sałatka z og kisz, marchewki i cebuli czerwonej z olejem 150g |
|  **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, awanturka z twarogu 70g **7,** sok pomid 200ml | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**, kiełbasa szynkowa z kurczaka 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**, kiełbasa szynkowa z kurczaka 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g ( **1,18)** bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml( **1,7),** kiełbasa szynkowa z kurczaka 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, awanturka z twarogu 70g **7**, jabłko pieczone 150g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, awanturka z twarogu 100g **7**, jabłko pieczone 150g | Herbata b/ cukru 250ml, masło 20g **7,** chleb 50g (**1,18)** , graham 65g (**1,16)**, kiełbasa szynkowa z kurczaka 50g, sok pomidorowy 200ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**, chleb pszenno –żytni 50g (**1, 18) ,** graham 65g (**1,16),** awanturka z twarogu 70g **7**,sok pomidorowy 200ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g**7**, chleb pszenno –żytni 50g (**1, 18) ,** graham 65g (**1,16),** awanturka z twarogu 70g **7**,sok pomidorowy 200ml |
| **PN** | Drożdżówka z dżemem 80g (**1,3,7)** | Drożdżówka z dżemem 80g (**1,3,7)** | Drożdżówka z dżemem 80g (**1,3,7)** | Drożdżówka z dżemem 80g (**1,3,7)** |  Kefir 200g **7** |
|  **Wart. odżywcza** | E kcal-2606B -107.20T -88.20Kw tł. nas –39.60 W -330.90W tym cukry -102.20Bł -36.80Sól – 5.90 | E kcal-2300,30B -81.10T -79Kw tł. nas –33.20 W -322.20W tym cukry -73Bł -29.10Sól – 7.90 | E kcal-2338.50B -83.60T -75Kw tł. nas –35.90 W -319.10W tym cukry -75.10Bł -31Sól – 8.60 | E kcal-2738.30B -103.30T -87.50Kw tł. nas –43 W -397.60W tym cukry -107.90Bł -32.50Sól – 9.40 | E kcal-2606B -107.20T -88.20Kw tł. nas –39.60 W -330.90W tym cukry -102.20Bł -36.80Sól – 5.90 | E kcal-2601.10B -122.20T -91.30Kw tł. nas –40.90 W -332W tym cukry -103.40Bł -36.80Sól – 6.20 | E kcal-2253.10B -92.90T -78.70Kw tł. nas –37.90 W -308.90W tym cukry -58.80Bł -3.60Sól – 9.30 | E kcal-2157.50B -80.30T -74.70Kw tł. nas –36 W -309.80W tym cukry -46.80Bł -38.20Sól – 9.60 | E kcal-2674.50B -95.70T -97.80Kw tł. nas – 48.70W -376.10W tym cukry -47.60Bł -47Sól – 11.50 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu