|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** ) |
| **15.06.2024 SOBOTA** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, szynka konserwowa 50g, chrzan z jajkiem 30g **(3,7),** ogórek świeży 50g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g( **1, 18 )**, bułki 50g **1**, szynka konserwowa 50g,sałata ziel 10g. sos warzywny z jog 70g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g( **1, 18 )**, bułki 50g **1**, szynka konserwowa 50g, sałata ziel 10g.sos warzywny z jog 70g | | | Herbata 250ml, masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml (**1,7) ,** szynka konserwowa 50g, sałata ziel 10g.sos warzywny z jog 80g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18)**, szynka konserwowa 50g, chrzan ze śmiet. b/ jajka 30g **7**, ogórek świeży 50g | Herbata 250ml **,** masło 20g **7,** chleb bezgl. 100g (**1,18),**  szynka konserwowa 50g, chrzan z jajkiem 30g **(3,7),** ogórek świeży 50g | Kawa z mlekiem b/ cukru 250ml **(1,7, 16, 18) ,** masło 20g **7**, chleb 50g( **1,18),** graham 65g ( **1,16),** szynka konserwowa 50g, sałata ziel 10g.sos warzywny z jog 70g | Kawa z mlekiem b/ cukru 250ml **(1,7, 16, 18),** masło 20g **7,** chleb 50g ( **1,18)**, graham 65g (**1,16),** szynka konserwowa 50g, sałata ziel 10g. pomidorki coctailowe 50g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1,16),** szynka konserwowa 50g,sałata ziel 10g.pomidorki coctailowe 50g |
| II śni |  | | | | | | | | | | Herbata b/c, masło10g **7**, graham 65g**(1,16),**papryka 30g |
| **Obiad** | Fasolowa z mak.400ml **(1,7,9),** befsztyk z cebulą 80g **(1,3),** ziemn. 200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej 250ml | Grysikowa 400ml **(1,7,9),** pulpet woł. piecz.w jarz.80g **3**, sos koperkowy 70ml **(1,7),** ziemn. 200g **7,** marchewka 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej 250ml | Grysikowa400ml **(1,7,9),** pulpet woł. piecz.w jarz.80g **3,** sos koperkowy 70ml **(1,7),** ziemn.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej 250ml | | | | Grysikowa400ml **(1,7,9),** mięso mielone z jarzynami 80g, ziemn. 200g **7,** marchewka 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej z cukrem 250ml | Fasolowa z mak.bezgl. 400ml **(7,9),** befsztyk z cebulą 80g **3,** ziemn. 200g **7**, marchewka m/bezgl 180g **7,** kompot z mieszanki owocowej 250ml | Grysikowa 400ml**(1,7,9),** pulpet woł. piecz.w jarz. 80g **3,** sos koperkowy 70ml **(1,7),** ziemn. 200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** kompot z mieszanki owocowej b/c 250ml | Grysikowa400ml **(1,7,9),** pulpet woł. piecz. w jarz.80g **3,** sos koperkowy 70ml **(1,7),** ziemn.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),** sałatka z pora i jabłka z jog.100g **7**,kompot z mieszanki owocowej b/c 250ml | |
| **PD** |  | | | | | | | | | | Herbata b/c, masło 10g**7,** graham 65g**(1,16),** jajko got. 60g **3** |
| **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),**sardynka w oleju 70g **4,** cebulka zielona 20g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,** ser homog.70g **7,** powidło 50g. sok pomidorowy 200ml | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,** ser homog.70g **7,** powidło 50g, sok pomidorowy 200ml | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7),** ser homog . 50g **7**, powidło 50g | | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** sardynka w oleju 70g **4**, cebulka zielona 20g | Herbata 250ml, masło 20g **7**,chleb bezgl.100g, sardynka w oleju 70g **4,** cebulka zielona 20g | Herbata b/ cukru 250m, masło 20g **7**, chleb 50g **(1,18),** graham 65g **(1,16),** ser homog.70g **7**, sok pomidorowy 200ml | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g 7,chleb pszenno –żytni 50g **(1,18) ,** graham65g **(1,16),** sardynka w oleju70g **4**, cebulka zielona 20g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g 7,chleb pszenno –żytni 50g **(1,18) ,** graham 65g **(1,16),** sardynka w oleju 70g **4,** cebulka zielona 20g |
| **PN** | Serek mini nat .30g **7,**chleb chrupki 2szt **1** | | Serek mini nat.30g **7,**chleb chrupki 2szt **1** | | | | Serek mini nat. 30g **7,** chleb chrupki 2szt **1** | Serek mini nat 30g **7**, chleb chrupki b/glut.2szt | Serek mini nat 30g **7**,chleb chrupki 2szt **1** | | |
| **Wart. odżywcza** | E kcal- 2387.60  B-90.10  T-95.50  Kw. Tł. nas-35.20  W-308.60  W tym cukry-79.40  Bł-37.10  Sól-7.20 | E kcal-2111.90  B -73.90  T -62.10  Kw tł. nas –34.90  W -300  W tym cukry -89.90  Bł -29.10  Sól – 7.80 | E kcal-2111.90  B -73.90  T -62.10  Kw tł. nas –34.90  W -300  W tym cukry -89.90  Bł -29.10  Sól – 7.80 | E kcal-2499.10  B -91.50  T -69.60  Kw tł. nas –39  W -363.60  W tym cukry -111.40  Bł -29.40  Sól – 8.30 | | | E kcal-2356.90  B -87.30  T -93.40  Kw tł. nas –34.50  W -308.50  W tym cukry -79.40  Bł -37.10  Sól – 7.20 | E kcal-2251.40  B -58.90  T -101  Kw tł. nas –31.10  W -290  W tym cukry -81  Bł -38  Sól – 7.20 | E kcal-2050.10  B -76.80  T -63.10  Kw tł. nas –35.10  W -267.50  W tym cukry -57.60  Bł -35.60  Sól – 8.30 | E kcal-2090.20  B -84.90  T -69.90  Kw tł. nas –32.40  W -265.20  W tym cukry -54.90  Bł -35.50  Sól – 7.90 | E kcal-2513.70  B -105  T -93.90  Kw tł. nas –45.40  W -332.30  W tym cukry -57.80  Bł -44.80  Sól – 9.50 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu