|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **I PODSTAWOWA** | **IVb ŁATWOSTRAWNA** z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | **I ELIMINACYJNA ( bez selera)** | **I ELIMINACYJNA ( bez mleka)** | **X/VII** | **X z** ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa )** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa** ) |
|  **16.06.2024 NIEDZIELA** |  **śniadanie** | Kakao z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 100g ( **1, 18) ,**  szynka golonkowa 50g, szpinak listki 5g, sałatka buraczana 80g **7** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18),** bułki 50g **1**, szynka golonkowa 50g, szpinak listki 5g, mus owocowo – warzywny 100g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18) ,** bułki 50g **1**, szynka golonkowa 50g, szpinak listki 5g, mus owocowo -warzywny 100g | 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 golonkowa 50g, szpinak listki 5g,  | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g ( **1, 18) ,** szynka golonkowa 50g, szpinak listki 5g, sałatka buraczana 80g **7** | Herbata 250ml **,** masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g  ( **1, 18) ,** szynka golonkowa 50g, szpinak listki 5g, sałatka buraczana z sosem vinegret 80g | Kawa z mlekiem b / c 250ml **(1,7, 16, 18),** masło 20g **7**,chleb 50g ( **1,18),** graham 65g ( **1,16),** szynka golonkowa 50g, szpinak listki 5g,  | Kawa z mlekiem b/c 250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g **7,**chleb 50g (**1,18)**, graham 65g ( **1,16)** , szynka golonkowa 50g, szpinak listki 5g, sos warzywny z jog.80g **7** | Kawa z mlekiem b/c250ml (**1,7,16,18)**, masło 20g **7,**chleb 50g (**1,18)**, graham 65g( **1,16)** , szynka golonkowa 50g, szpinak listki 5g, sos warzywny z jog.80g **7** |
| **II śni** |  | Herbata b/c.,wafle ryżowe 2szt. jogurt nat.150ml **7** |
|  **Obiad** | Rosół z mak.400ml **9**, udko piecz z kurczaka 1 szt, ziemn. 200g **7**, kapusta zasmażana 180g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Jarzynowa z mak.400ml **(1,7,9),** udziec z kurczaka piecz. w jarz. 1szt, ziemn.200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Pomidorowa z mak.400ml **(1,7),** udziec z kurczaka piecz. w jarz .1szt, ziemn.200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Rosół z mak. bez selera 400ml, udko z kurczaka piecz.1 szt, ziemn.200g **7**, kapusta zasmażana 180g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Rosół z mak.400ml **9,** udko z kurczaka piecz. 1 szt , ziemn.200g, kapusta zasmażana 180g **1**, kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Pomidorowa z mak. 400ml**(1,7),** udko z kurczaka piecz piecz.w jarz.1szt, ziemn.200g **7,** buraczki 180g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml | Pomidorowa z mak.400ml**(1,7),** udziec z kurczaka piecz. w jarz.100g, ziemn.200g **7,** buraczki 180g (**1,7),** sałata zielona z jog.60g **7**, kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml |
| **PD** |  | Herbata b/c. masło 10g **7,** graham 65g **(1,16),** ogórek kiszony 30g |
|  **Kolacja** | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** pasztet zap. wieprz 50g **(1,6,7),** sał. z ogórka kisz. i marchewki 60g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,**pasta z mięsa woł. i jarzyn 50g, pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**,chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1,**pasta z mięsa woł. i jarzyn 50g, pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g **(1,18),**bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml **(1,7),**pasta z mięsa woł. i jarzyn 50g, pomidor b/s 50g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** pasztet zap.wieprz . 50g **(1,6,7),** sał. z ogórka kisz. i marchewki 60g | Herbata250ml,masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** pasztet zap. wieprz. 50g **(1,6,7),** sał.z ogórka kisz. i marchewki 60g | Herbata b/ cukru 250ml,masło 20g **7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1,16),** pasta z mięsa woł. i jarzyn 50g, pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g(**1,18),** graham 65g (**1,16),**pasta z mięsa woł. i jarzyn 50g, pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g(**1,18),** graham 65g (**1,16),**pasta z mięsa woł. i jarzyn 50g, pomidor b/s 50g |
| **PN** |  Serek homog. owocowy 150g, **7** |  Serek homog. owocowy 150g **7**  |  Serek homog. owocowy 150g **7** | Mus owocowy 100g |  Serek homog. naturalny 150g **7** |
|  **Wart. odżywcza** | E kcal-2513.40B -122.90T -113.70Kw tł. nas –47.30 W -260.30W tym cukry -65.20Bł -22.60Sól – 6.20 | E kcal-2317.40B -126.30T -84Kw tł. nas –40.20 W -273.60W tym cukry -74.90Bł -22.40Sól – 6.30 | E kcal-2323.60B -126.70T -84.20Kw tł. nas – 40.30W -274.10W tym cukry -76.20Bł -21.90Sól – 6.20 | E kcal-2769.40B -148.60T -94.80Kw tł. nas –46.30 W -340.70W tym cukry -100.50Bł -22.20Sól – 6.80 | E kcal-2510.40B -122.70T -113.60Kw tł. nas –47.30 W -259.50W tym cukry -64.90Bł -22.10Sól – 6.20 | E kcal-2163.40B -88.20T -101Kw tł.nas – 39.20W -235.10W tym cukry -42Bł -23.30Sól – 5.70 | E kcal-2322.50B -124.90T -96.10Kw tł. nas –47 W -251.80W tym cukry -46.50Bł -28.40Sól – 6.80 | E kcal-2335.10B -126.20T -96.40Kw tł. nas –47.10 W -252.90W tym cukry -46.10Bł -27.90Sól – 6.80 | E kcal-2810.30B -142.70T -117.70Kw tł. nas –56.40 W -310.10W tym cukry -54.90Bł -32.90Sól – 8.40 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu