|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **I PODSTAWOWA** | | | | **VIIb ŁATWOSTRAWNA**  z ograniczeniem tłuszczu | **PAPKOWATA** | **X/VII Cukrzycowo - wątrobowa** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 4 posiłkowa)** | **X** z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów **( 6 posiłkowa)** |
| **2. 07.2024WTOREK** | **śniadanie** | Kawaz mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, pasta z makreli ze szczyp. 70g **4,**jajko got.60g **3**,rzodkiewka 20g | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7, 16, 18),**masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**, bułki 50g **1**, parówka wiedeńska 100g – 2szt **(1,6,7),** ketchup jarz. 40g **9**, gratka drink owocowy 170g **7** | | Herbata250ml,masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18),** bułki 50g**1**,grysik na mleku 400ml (**1,7)**, parówka wiedeńska 100g – 2szt **(1,6, 7) ,** ketchup jarz. 40g **9** | Kawa z mlekiem b/c 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1**,**18 )** , graham 65g (**1**,16), parówka wiedeńska 100g – 2szt **(1,6,7),**ketchup jarz. 40g **9,** | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16) ,** parówka wiedeńska 100g – 2szt **(1,6,7),**ketchup jarz.40g **9**, rzodkiewka 20g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1,7,16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16) ,** parówka wiedeńska 100g – 2szt **(1, 6, 7),** ketchup jarz. 40g **9**, rzodkiewka 20g |
| **II śni** |  | | | | |  | Herbata b/ c , kefir 200g **7**, podpłomyk 1 szt **1** |
| **Obiad** | Fasolowa z mak.400ml **(1,7),** gulasz z piersi kurczaka 80g,sos naturalny 100ml **(1,7),** ziem 200g **7,**ćwikła z jabłkiem gotowanym 180g**,**kompot z aronii 250ml | Grysikowa 400ml **(1,7,9),**gulasz z piersi kurczaka 80g,sos naturalny 100g **(1,7),**ziem 200g **7**, ćwikła z jabłkiem gotowanym 180g **,** kompot z aronii 250ml | | Grysikowa 400ml**(1,7,9),** gulasz z piersi kurczaka 80g,sos naturalny 100g **(1,7),**ziem 200g **7**, ćwikła z jabłkiem gotowanym 180g **,** kompot z aronii 250ml | Grysikowa 400ml**(1,7,9),** gulasz z piersi kurczaka 80g,sos naturalny 100g **(1,7),**ziem 200g **7**, ćwikła z jabłkiem gotowanym 180g **,** kompot z aronii b/c 250ml | Grysikowa 400ml**(1,7,9),** gulasz z piersi kurczaka 80g,sos naturalny 100g **(1,7),**ziem 200g **7**, ćwikła z jabłkiem gotowanym 180g **,** kalafior świeży got. z bułką tartą 100g **(1,7),** kompot z aronii b/c 250ml | Grysikowa 400ml **(1,7,9) ,** gulasz z piersi kurczaka 80g,sos naturalny 100g **(1,7),**ziem 200g **7**, ćwikła z jabłkiem gotowanym 180g **,** kalafior świeży gotowany z bułką tartą 100g **(1,7),**kompot z aronii b/c 250ml |
| **PD** |  | | | | |  | Herbata b/c , masło10g **7**,graham 65g **(1,16**), pasztet z dr 32g |
| **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** pasta z twarogu i szczyp. 70g **7**, polędwica sopocka 30g, og św 50g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**, pasta z twarogu i koperku 70g **7,** polędwica sopocka 30g, pomidor b/s 50g | | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**,pasta z twarogu i koperku 50g **7**, polędwica sopocka 30g, pomidor b/s 50g | Herbata 250ml , masło 20g **7,** chleb 50g ( **1,18)**, graham 65g(**1**,16),pasta z twarogu i koperku 70g **7**,polędwica sopocka 30g, | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** pasta z twarogu i szczyp. 70g **7**, polędwica sopocka 30g,og św 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** pasta z twarogu i szczyp. 70g **7**, polędwica sopocka 30g, og św 50g |
| **PN** | Banan 1 szt | | | Banan 1 szt | Sok pomid 300ml | Sok pomid 300ml | Sok pomid 300ml |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2205.50  B 100.80  T -72.10  Kw tł. -34  W -301.40  W tym cukry -99.90  Bł -28.90  Sól – 5.10 | E kcal-2317.0  B -105.20  T -76.30  Kw tł. nas –38.30  W -314.80  W tym cukry -107  Bł -27.90  Sól – 5.20 | | E kcal-2604  B -115.40  T -82.50  Kw tł. nas – 41.70  W -363.10  W tym cukry -114.80  Bł -27.70  Sól – 5.50 | E kcal-2240.50  B -125  T -83  Kw tł. nas – 46.90  W -289  W tym cukry -47.10  Bł -32.40  Sól – 5.50 | E kcal-2352.40  B -122.50  T -93.40  Kw tł. nas –47.20  W -270.30  W tym cukry -46.60  Bł -33.60  Sól – 5.90 | E kcal-2795.20  B -143.20  T -113.10  Kw tł. nas –57.10  W -38.10  W tym cukry -55.10  Bł -38  Sól – 7.20 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu