|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)** |
| **27.06.2024 CZWARTEK** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, frankfuterki 100g – 2 szt **(1,6,7),**musztarda 30g **10,** pomidorki coctailowe 50g | 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**, mus owocowy 100g | 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 **(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),** chrzan z jajkiem i jog.40g **(3,7),**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),** chrzan z jajkiem i jog.40g **(3,7),** rzodkiewka 20g |
| **II śni** |  | | | |  | Herbata b/c ,graham 65g (**1,16),**masło 10g **7**, twaróg ze szczyp. 60g **(3,7)** |
| **Obiad** | Grysikowa 400ml **(1,7,9),** kotlet schabowy 110g **(1,3)** **,** ziem 200g **7,** kapusta młoda zasmażana z koperkiem św.180g **(1,7),**kompot z mieszanki owocowej 250ml | Grysikowa 400ml **(1,7,9),** schab pieczony w jarz.80g, sos biały 70ml **(1,7**)**,**ziem 200g **7**, marchewka got.180g, kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Grysikowa 400ml **(1,7,9),** schab pieczony w jarz.80g**,** sos biały 70ml **(1,7),**ziem 200g **7**, marchewka got.180g,kompot z mieszanki kompotowej 250ml | Grysikowa 400ml **(1,7,9),** schab pieczony w jarz.80g, sos biały 70ml **(1,7),**ziem. 200g **7**, marchewka got. 180g,marchewka mini 100g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml | Grysikowa 400ml **(1,7,9),** schab pieczony w jarz.80g, sos biały 70ml **(1,7),**ziem 200g **7**, marchewka 180g, marchewka mini 100g **(1,7),** kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml | Grysikowa 400ml **(1,7,9),** schab pieczony w jarz.80g,sos biały 70ml **(1,7),**ziem 200g **7**, marchewka 180g,sał z białej kapusty z olejemi 100g **(1,7),**kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml |
| **PD** |  | | | |  | Herbata b/c , masło10g **7**,graham 65g **(1,16),** wędlina drobiowa 30g |
| **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18).** ser żółty 50g **7**, sałatka z ogórka kiszonego i czerwonej cebuli 60g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1**, kiełbasa drobiowa podsuszana 50g,pomidor b/s 50g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (1,7),kiełbasa drobiowa podsuszana 50g, pomidor b/s 50g | Herbata 250ml , masło 20g**7,** chleb 50g.( **1,18)**, graham 65g (**1,16)**,kiełbasa drobiowa podsuszana 50g,pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),**ser żółty 50g **7,** sałatka z ogórka kiszonego i czerwonej cebuli 60g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** ser żółty 50g **7**,sałatka z ogórka kiszonego i czerwonej cebuli 60g |
| **PN** | Jogurt owocowy 150g **7** | | Jogurt owocowy 150g **7** | Jogurt nat.150g **7** | Jogurt nat.150g **7** | Jogurt nat.150g **7** |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2357.60  B -112.90  T -88.40  Kw tł. nas –45.70  W -290.10  W tym cukry -52.30  Bł -27.20  Sól – 6.60 | E kcal-2228.80  B -102.10  T -79.60  Kw tł. nas – 40.20  W -287  W tym cukry -69.90  Bł -25.40  Sól – 5.90 | E kcal-2608.10  B -122  T -89.10  Kw tł. nas –45.60  W -341  W tym cukry -82.80  Bł -24.80  Sól – 6.40 | E kcal-2214.60  B -103,30  T -82.30  Kw tł. nas –40.20  W -281.60  W tym cukry -53.40  Bł -34.50  Sól – 6.90 | E kcal-2341,40  B -108.10  T -93  Kw tł. nas –46.30  W -282  W tym cukry -53.10  Bł -31.80  Sól – 7.90 | E kcal-2914.80  B -133,60  T -119  Kw tł. nas –60.10  W -346.10  W tym cukry -53.70  Bł -40.20  Sól – 10.40 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu