|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **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)** |
|  **11.07.2024 CZWARTEK** |  **śniadanie** | Kakao z mlekiem 250ml **(1,7,16,18),** masło 20g**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, szynka konserwowa 50g, ser top. 30g **7**,mix młodych listków 5g, sałatka grecka 80g **7**  | Kawa z mlekiem 250ml (**1,7, 16,18),**masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**, bułki 50g **1**, szynka konserwowa 50g, mix młodych listków 5g, 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)**, szynka konserwowa 50g,mix młodych listków 5g,ketchup jarzyn.40g **9** | Kawa z mlekiem b/c 250ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1**,**18)**, graham 65g (**1**,**16),** szynka konserwowa 50g, mix młodych listków 5g, ketchup jarz. 40g **9**, barszczyk czerwony 200ml | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1,7, 16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16) ,** szynka konserwowa 50g,ser top. 30g **7,** mix młodych listków 5g, sałatka grecka 80g  | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1,7, 16, 18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16) ,** szynka konserwowa 50g,ser top 30g **7**,mix młodych listków 5g, sałatka grecka 80g |
| **II śni** |  |  | Herbata b/c , chleb graham 65g (**1,16**), masło 10g **7,** pasta z jaj ze szczyp. 60g **(3,7)** |
|  **Obiad** | Krupnik (**1,7,9),**befsztyk z cebulą 80g **3**, ziem.200g **7,**marchewka z groszkiem 180g **(1,7),** kompot z aronii i agrestu 250ml | Krupnik 400ml (**1,7,9) ,**zrazik piecz. w jarz. 80g **3**, sos pietruszkowy 100ml (**1,7),** ziem.200g **7**,marchewka 180g (**1,7),** kompot z aronii i agrestu 250ml | Krupnik 400ml (**1,7,9),** zrazik piecz.w jarz.80g **3**, sos pietruszkowy 100ml **(1,7),** ziem.200g **7,**marchewka 180g (**1,7),** kompot z aronii i agrestu 250ml | Krupnik 400ml (**1,7,9),** zrazik piecz. w jarz. 80g **3**,sos pietruszkowy 100ml (**1,7),** ziem.200g **7**,marchewka 180g (**1,7),** kompot z aronii i agrestu b/c 250ml | Krupnik 400ml (**1,7,9),** zrazik piecz. w jarz.80g **3**, sos pietruszkowy 100ml (**1,7),** ziem.200g **7**, marchewka 180g **(1,7),**sałatka z białej kapusty, marchewki i jabłka z olejem 200g, kompot z aronii i agrestu b/c 250ml | Krupnik 400ml **(1,7,9) ,** zrazik piecz. w jarz. 80g **3**,sos pietruszkowy 100ml (**1,7),** ziem.200g **7,**marchewka 180g (**1,7),**sałatka z białej kapusty, marchewki i jabłka z olejem 200g, kompot z aronii i agrestu b/c 250ml |
| **PD** |  |  | Herbata b/c , chleb graham 65g **(1,16),**masło 10g **7**, rzodkiewka 20g |
|  **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18**),awanturka z twarogu 70g **7**, awanturka z twarogu 70g **(1,6,7**), filet z indyka prasowany 30g. pomidor b/s 50g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1**, twaróg z koperkiem 70g **7**, filet z indyka prasowany 30g,pomidor b/s 50g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml (**1,7**), twaróg z koperkiem 50g **7**,filet z indyka prasowany 30g, pomidor b/s 50g | Herbata 250ml , masło 20g**.7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1**,1**6),**twaróg z koperkiem 70g **7,**filet z indyka prasowany 30g,pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** awanturka z twarogu 70g **7**, filet z ind pras 30g (1,6,7),pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** awanturka z twarogu 70g **7**, filet z ind pras 30g (1,6,7),pomidor b/s 50g |
| **PN** |  Mus owocowy 100g | Mus owocowy 100g | Ser homog. nat. 150g **7** | Ser homog. nat. 150g **7**  | Ser homog. nat. 150g **7** |
|  **Wart. odżywcza** | E kcal-2428.60B -93.20T -112.40Kw tł. nas – 47.80W -271.30W tym cukry -57Bł -28.30Sól – 8.30 | E kcal-2244.30B -95.40T -71.50Kw tł. nas –37.90 W -318.20W tym cukry -68.70Bł -29.90Sól – 7.40 | E kcal-2638.20B -111.90T -80.20Kw tł. nas –42.70 W -381.60W tym cukry -89.40Bł -30.30Sól – 8.70 | E kcal-1971.90B -94.90T -68.90Kw tł. nas –35.10 W -259.30W tym cukry -48.30Bł -34.50Sól – 8.20 | E kcal-2040.10B -95.60T -73.90Kw tł. nas –37.40 W -264.20W tym cukry -52,30Bł -34.30Sól – 9.50 | E kcal-2577.20B -114.30T -98.50Kw tł. nas – 50.60W -328.20W tym cukry -33.10Bł -43Sól – 11.20 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu