|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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. 08.2024 PIĄTEK** | **śniadanie** | Herbata 250ml, masło 20g**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, płatki owsiane na mleku 400ml **(7,17),** pasta z jaj ze szczyp. 90g (**3,7)** papryka 50g | Herbata250ml,masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**, bułki 50g **1**, płatki owsiane na mleku 400ml **(7,17),** dżem 50g, jabłko pieczone 150g | | Herbata250ml,masło 20g**7**, chleb 50g (**1,18),** bułki 50g**1**,grysik na mleku 400ml (**1,7)**, dżem 50g, jabłko pieczone 150g | Kawa z mlekiem b/c 250ml**(1, 7, 16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1**,**18 )** , graham 65g (**1**,**16),** szynka z drobiu 50g, **(7,9),**jabłko pieczone 150g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml**1, 7, 16, 18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16),** pasztet z drobiu 80g **(1,6,7),**papryka 50g, jabłko pieczone 150g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml**1, 7, 16, 18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16),** pasztet z drobiu 80g **(1,6,7),** papryka 50g, jabłko pieczone 150g |
| **II śni** |  | | | | |  | Herbata b/ c, graham 65g (**1**,**16),**masło 10g **7**, rzodkiewka 20g |
| **Obiad** | Krupnik 400ml **(1,7,9),** ryba smażona 100g **(1,3,4)** , ziemn.200g **7**, sałatka z buraków ,cebuli, jabłka i papryki z olejem 150g, kompot z jabłek 250ml | Selerowa -krem z grz.400ml **(1,7,9),** ryba piecz w jarz.100g **4**, sos koperkowy 70ml **(1,7),** ziem 200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | | Selerowa -krem z grz.400ml **(1, 7,9),** ryba piecz w jarz. 100g **4**, sos koperkowy 70ml (**1,7),** ziem. 200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek 250ml | Selerowa -krem z grz.400ml **(1, 7,9),** ryba piecz.w jarz 100g **4,** sos koperkowy 70ml **(1,7),**ziem. 200g **7,**buraczki 180g **(1,7),** kompot z jabłek b/c 250ml | Selerowa -krem z grz.400ml **(1,7,9),** ryba piecz w.jarz 100g **4,** sos koperkowy 70ml **(1,7),**ziem.200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** surówka z marchewki i jabłka z jog.100g **7**, kompot z jabłek b/c 250ml | Selerowa -krem z grz.400ml **(1,7,9),** ryba piecz.w jarz.100g **4**, sos koperkowy 70ml **(1,7),**ziem.200g **7**, buraczki 180g **(1,7),** surówka z marchewki i jabłka z jog.100g **7,** kompot z jabłek b/c 250ml |
| **PD** |  | | | | |  | Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i jabłka z olejem 150g |
| **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),** awanturka z twarogu 70g **7**,ogórek świeży 50g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**, pasta z twarogu i pietr.ziel. 70g **7**, mus owocowy 100g | | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml **(1,7),** pasta z twarogu i pietr.ziel. 50g **7**, mus owocowy 100g | Herbata 250ml , masło 20g**.7,** chleb 50g ( **1,18)**, graham 65g (**1,16)**, pasta z twarogu i pietr. ziel.70g **7**, pomidorki coctailowe 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** awanturka z twarogu 70g **7**,ogórek świeży 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** awanturka z twarogu 70g **7,** ogórek świeży 50g |
| **PN** | Banan 1szt | | | Banan 1szt | Sok pomid 300ml | Sok pomid 300ml | Sok pomid 300ml |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2577.10  B -85.20  T -103.70  Kw tł. nas – 38.30  W -340.20  W tym cukry -101.70  Bł -31.40  Sól – 3,90 | E kcal-2100.10  B -75.20  T -55.70  Kw tł. nas –31.70  W -302.90  W tym cukry -155  Bł -28.70  Sól – 2.60 | | E kcal-2114.10  B -66.70  T -55.50  Kw tł. nas –31.30  W -348.10  W tym cukry -155  Bł -30.20  Sól – 2.50 | E kcal-1997.90  B -86.10  T -59.10  Kw tł. nas –32.60  W -294.30  W tym cukry -76  Bł -36.40  Sól – 4.90 | E kcal-2210.90  B -85.60  T -76  Kw tł. nas –36.10  W -311.80  W tym cukry -86.10  Bł -40.70  Sól – 5.60 | E kcal-2291.80  B -87  T -81.30  Kw tł. nas –36.50  W -319  W tym cukry -92.10  Bł -43.50  Sól – 5.80 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu