|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)** |
| **23.07.2024 WTOREK** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem 250ml**(1,7,16,18),** masło 20g**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, frankfurterki 100g-2szt (**1,6,7),** ketchup 30g, 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 jarzynowy 40g **9**,mus owocowo-warzywny 100g | Herbata 250ml , masło 20g **7**, chleb 50g (**1**,**18)**, bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml (**1,7),** parówka wiedeńska 100g-2szt (**1,6,7),** ketchup jarzynowy 40g **9**,mus owocowo -warzywny 100g | Kawa z mlekiem b/c 250 ml **(1,7, 16,18),** masło 20g **7**, chleb 50g (**1**,**18)**, graham 65g (**1**,**16),** parówka wiedeńska 100g-2szt (**1,6,7),** ketchup jarzynowy 40g **9**, mus owocowo -warzywny 100g | 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 jarzynowy 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 jarzynowy 40g **9,** rzodkiewka 20g |
| **II śni** |  | | | |  | Herbata b/ c , graham 65g (**1**,**16),**masło 10g **7**, papryka świeża 30g |
| **Obiad** | Krupnik 400ml (**1,7,9),** kotlet schabowy 110g (**1,3),** ziemn.200g 7,buraczki 180g (**1,7**), kompot z jabłek 250ml | Krupnik400ml (**1,7,9**), schab piecz. w jarz.80g,sos biały 70ml (**1,7**), ziemn.200g **7,** buraczki 180g (**1,7**), kompot z jabłek 250ml | Krupnik400ml (**1,7,9),** schab piecz. w jarz.80g,sos biały 70ml (**1,7**), ziemn.200g **7,** buraczki 180g (**1,7**), kompot z jabłek 250ml | Krupnik400ml, **(1**,7**,9**) schab piecz. w jarz.80g, sos biały 70ml **(1,7),** ziemn.200g **7**, buraczki 180g (**1,7**), kompot z jabłek b/c 250ml | Krupnik400ml **(1,7,9),** schab piecz.w jarz.80g, sos biały 70ml (**1,7),** ziemn.200g **7**, buraczki 180g **(1,7**), surówka z selera i jabłka z jog.100g **(7,9),** kompot z jabłek b/c 250ml | Krupnik400ml **(1,7,9**), schab piecz.w jarz. 80g, sos biały 70ml (**1,7**), ziemn.200g **7**, buraczki 180g (**1,7),** surówka z selera i jabłka z jog.100g **(7,9),** kompot z jabłek b/c 250ml |
| **PD** |  | | | |  | Sałatka z sałaty lodowej (100g) , marchewki ( 20g), pomi coctailowych(30g) z ceb czerw (10g) z sosem winegret 150g |
| **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18),**pasta z twarogu ze szczyp.70g **7**, szynka konserwowa 30g,ogórek świeży 50g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1**, pasta z twarogu i koperk. 70g **7,** szynka konserwowa 30g, banan 1szt | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**,bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml **(1,7),** pasta z twarogu i koperk.70g **7**, szynka konserwowa 30g,banan 1szt | Herbata 250ml , masło 20g**.7,** chleb 50g.( **1,18)**, graham 65g (**1**,16), pasta z twarogu i koperk.70g **7,** szynka konserwowa 30g,pomidor b/s 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**, chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** pasta z twarogu i szczypiorku 70g**7**, szynka konserwowa 30g, ogórek świeży 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1, 16),** pasta z twarogu i szczypiorku 70g **7**,szynka konserwowa 30g, ogórek św. 50g |
| **PN** | Sok pomid 300ml | | Sok pomid 300ml | Sok pomid 300ml | Sok pomid 300ml | Sok pomid 300ml |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2495.40  B -105.80  T -88.30  Kw tł. nas –45.70  W -312.20  W tym cukry -92  Bł -29  Sól – 6.40 | E kcal-2403.30  B -111  T -70.40  Kw tł. nas –32.70  W -344.10  W tym cukry -116.40  Bł -32.60  Sól – 5.60 | E kcal-2841.60  B -131.50  T -80.10  Kw tł. nas –38.20  W -412.10  W tym cukry -138.50  Bł -34.10  Sól – 6.10 | E kcal-2277.50  B -110  T -85.60  Kw tł. nas –42.30  W -281.40  W tym cukry -70.70  Bł -35.70  Sól – 6.10 | E kcal-2226.70  B -112.60  T -86.20  Kw tł. nas –42.60  W -267.70  W tym cukry -57.60  Bł -36.70  Sól – 6.40 | E kcal-2640.60  B -121  T -96.80  Kw tł. nas –48.60  W -342.60  W tym cukry -89.60  Bł -50.80  Sól – 6.90 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu