|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **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)** |
| **21.08.2024 r ŚRODA** **11.08.2024 NIEDZIELA** |  **śniadanie** | Herbata 250ml**,** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, grysik na mleku 400ml **(1,7),**szynka got. 50g, rukola 5g, sałatka ziemniaczana 80g **7** | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g (**1**,**18)**, bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml**(1,7),** szynka got. 50g.rukola 5g, pomidor b/s 50g | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**, bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml **(1,7),** szynka got.50g,rukola 5g, pomidor b/s 50g  | Kawa z mlekiem b/c250ml **(1,7, 16, 18),**masło 20g **7**, chleb 50g (**1**,**18)**, bułki 50g **1**, szynka got. 50g, rukola 5g, pomidor b/s 50g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml **(1, 7, 16,18),**masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16) ,**szynka got. 50g,ser top.22g **7**, rukola 5g, sos warzywny z jog. 70g **(7,9)** | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1, 7, 16, 18**),masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16) ,** szynka got.50g,ser top. 22g **7**,rukola 5g,sos warzywny z jog. 70g **(7,9)** |
| **II śni** |  |  | Herbata b/c , graham 65g (**1**,**16),** masło 10g **7**,pasta z jajek ze szczyp.60g **(3,7)**  |
|  **Obiad** | Szczawiowa z ziem.i jajkiem 400ml **(1,3,7**), naleśniki z serem 250g (**1,3,7**), mus z mango 100ml, kompot z aronii 250ml | Barszcz ukraiński z ziem.400ml (**1,7**), potrawka z kurczaka 350g **9**,ryż 200g **7**, sałata ziel. z jog. 50g **7**,kompot z aronii 250ml | Barszcz ukraiński z ziem. 400ml **(1,7**), potrawka z kurczaka 350g **9**,ryż 200g **7,** sałata zielona z jog.50g **7,** kompot z aronii 250ml | Barszcz ukraiński z ziem.400ml (**1,7**), potrawka z kurczaka 350g **9,**ryż 200g **7**,sałata ziel. z jog.50g **7**, kompot z aronii b/c 250ml | Barszcz ukraiński z ziem.400ml (**1,7),** potrawka z kurczaka 350g **9**,ryż 200g **7**, sałata ziel.z jog.50g **7**, kompot z aronii b/c 250ml | Barszcz ukraiński z ziem.400ml **(1,7),** potrawka z kurczaka 350g **9**,ryż 200g **7 ,** sałata ziel.z jog.50g **7,.**kompot z aronii b/c 250ml |
| **PD** |  |  | Herbata b/c , graham 65g(**1**,**16),**masło 10g **7**, pomidor b/s 30g |
|  **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18**),pasta z piersi kurczaka, jarzyn i cebuli 50g,sał. z ogórka kisz. i papryki 60g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1**, twaróg 70g **7**,powidło 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**,grysik na mleku 400ml **(1,7**), twaróg 50g **7**,powidło 50g, jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml , masło 20g**.7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1**,1**6),** twaróg 70**g 7**,jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),**ser żółty 50g **7**, sał. z ogórka kisz. i papryki 60g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),**ser żółty 50g **7**,sał. z ogórka kisz. i papryki 60g |
| **PN** | Mus owocowy 100g | Mus owocowy 100g | Jogurt nat. 150g **7** | Jogurt nat.150g **7** | Jogurt nat.150g **7** |
|  **Wart. odżywcza** | E kcal-2718.60B -111.30T -98.80Kw tł. nas –42.90 W -357.80W tym cukry -82.30Bł -24.90Sól – 6.10 | E kcal-2541B -100.10T -73.90Kw tł. nas –37.90W -381.70W tym cukry -104.30Bł -31Sól – 4.50 | E kcal-2797.50B -110.80T -80.40Kw tł. nas –41.60W -421.10W tym cukry -120.80Bł -31.80Sól – 4.90 | E kcal-2194.70B -94.10T -70.80Kw tł. nas –35.50 W -310.70W tym cukry -69.40Bł -36.10Sól – 5 | E kcal-2266B -97.80T -87Kw tł. nas-45.50W -289.40W tym cukry -50.70Bł -32.50Sól – 7.80 | E kcal-2805.70B -116.60T -111.60Kw tł. nas –58.70 W -354.40W tym cukry -52Bł -41.30Sól – 9.40 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu