|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)** |
| **24.08.2024 r SOBOTA**  **11.08.2024 NIEDZIELA** | **śniadanie** | Herbata 250ml**,** masło 20g **7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**, ryż na mleku 400ml **7**, pasztet wieprz. zap. 50g (**1,6,7),**ser top.22g **7**,sał. z ogórka kisz. i czerwonej cebuli 50g | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**, bułki 50g **1**,ryż na mleku 400ml **7**,polędwica sopocka 50g,pomidor b/s 50g | Herbata 250ml,masło 20g **7**, chleb 50g(**1**,**18)**, bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml **(1,7),** polędwica sopocka 50g, pomidor b/s 50g | Kawa z mlekiem b/c250ml **(1, 7, 16, 18**),masło 20g **7**, chleb 50g (**1**,**18)**, bułki 50g **1**, polędwica sopocka 50g,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) ,**pasztet drob. zap. 50g (**1,6,7**),ser top.22g **7**, sał. z ogórka kisz. i czerwonej cebuli 50g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml (**1, 7, 16, 18**),masło 20g **7**, chleb 50g (**1,18)**, graham 65g (**1,16) ,** pasztet dron. zap. 50g (**1,6,7),**ser top.22g **7**,sał. z ogórka kisz. i czerwonej cebuli 50g |
| **II śni** |  | | | |  | Herbata b/c , graham 65g (**1**,**16),** masło 10g **7**, sardynki w pomid. 40g **4** |
| **Obiad** | Koperkowa z mak.400ml **(1, 7 ,9**) , udziec z kurczaka piecz.100g , ziemn.200g **7**, kapusta czerwona zasmażana 180g (**1,7**), kompot z mieszanki owocowej 250ml | Koperkowa z mak.400ml(**1,7,9),** udziec z kurczaka piecz w jarz. 100g, ziemn.200g **7,** jarzyna duszona po grecku 180g (**1,7,9**), kompot z mieszanki owocowej 250ml | Koperkowa z mak.400ml **(1, 7, 9**), udziec z kurczaka piecz.w jarz.100g, ziemn.200g **7**, jarzyna duszona po grecku 180g (**1,7,9**), kompot z mieszanki owocowej 250ml | Koperkowa z mak.400ml (**1,7,9**), udziec z kurczaka piecz.w jarz. 100g, ziemn.200g **7,** jarzyna duszona po grecku 180g (**1,7,9**), kompot z mieszanki owocowej b/c 250ml | Koperkowa z mak.400ml (**1,7,9**), udziec z kurczaka piecz.w jarz.100g, ziemn. 200g **7**, jarzyna duszona po grecku 180g (**1,7,9**),sał. z kapusty czerwonej z olejem 100g,kompot z mieszanki owocowej b/c 250ml | Koperkowa z mak.400ml**(1,7,9),** udziec z kurczaka piecz.w jarz.100g, ziemn. 200g **7**, jarzyna duszona po grecku 180g (**1,7,9**),sał. z kapusty czerwonej z olejem 100g, kompot z mieszanki owocowej b/c 250ml |
| **PD** |  | | | |  | Herbata b/c , jogurt nat.150ml **7**,wafle ryżowe 2szt |
| **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18**),awanturka z twarogu 70g **7**,kiełbasa drob.pods. 30g,papryka 50g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1**, twaróg z pietr.ziel.70g **7**,kiełbasa drob.pods.30g,jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml **(1,7**), twaróg z koperkiem 50g **7**,kiełbasa drob.pods.30g, jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml , masło 20g**.7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1**,16), twaróg z koperkiem 70g **7,** kiełbasa drob. pods. 30g,jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),**awanturka z twarogu 70g **7**, kiełbasa drob. pods. 30g, papryka 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),**awanturka z twarogu 70g **7**, kiełbasa drob.pods.30g,papryka 50g |
| **PN** | Sok pomid 300ml | | Sok pomid 300ml | Sok pomidorowy 300ml | Sok pomidorowy 300ml | Sok pomidorowy 300ml |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2425.50  B -103  T -102.40  Kw tł. nas –44.10  W -225.30  W tym cukry -60.10  Bł -21.40  Sól – 4.90 | E kcal-2418.60  B -112  T -79.80  Kw tł. nas –38.10  W -326.80  W tym cukry -89.90  Bł -33.90  Sól – 5.40 | E kcal-2676.30  B -123.30  T -86.40  Kw tł. nas –41.80  W -365.60  W tym cukry -106.50  Bł -34.70  Sól – 5.80 | E kcal-2256.90  B -111.60  T -78.90  Kw tł. nas –37.20  W -292.50  W tym cukry -68.20  Bł -43.10  Sól – 7.20 | E kcal-2292.20  B -109.50  T -89.30  Kw tł. nas-39  W -282  W tym cukry -56.40  Bł -42.20  Sól – 8.20 | E kcal-2740.20  B -130.20  T -106.10  Kw tł. nas –47.70  W -338.30  W tym cukry -65  Bł -47.20  Sól – 9.50 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu