|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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)** |
| **31.08.2024 r SOBOTA**  **11.08.2024 NIEDZIELA** | **śniadanie** | Kawa z mlekiem 250ml**(1,7,16,18),** masło 20g**7,** chleb pszenno –żytni 100g **(1**,**18)**,frankfuterki 100g – 2szt **(1,6,7),** ketchup 30g, ogórek św. 50g | 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/c250ml **(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 | 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**, ogórek św. 50g | 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**, ogórek św.50g |
| **II śni** |  | | | |  | Herbata b/c , graham 65g (**1**,**16),** masło 10g **7**,twaróg ze szczyp.30g **7** |
| **Obiad** | Ziemniaczana –krem z grz.400ml **(1,7,9),** zraz duszony 80g **3**,sos własny 100ml (**1,7**),kasza 180g **1**,sałatka z kapusty pekińskiej z sosem winegret 150g, kompot z aronii 250ml | Żurek z ziem.400ml**(1,7),** zrazik piecz. w jarz.80g **3,**sos pomid. 70ml (**1,7**),kasza 180g **1,** sałata ziel. z jog.60g **7**, kompot z aronii 250ml | Żurek z ziem.400ml **(1,7),** zrazik piecz. w jarz.80g **3**, sos pomid. 70ml (**1,7),**kasza 180g 1, sałata ziel. z jog. 60g **7,** kompot z aronii 250ml | Żurek z ziem.400ml **(1,7),** zrazik piecz. w jarz.80g **3**, sos pomid. 70ml **(1,7),**kasza 180g **1**, sałata ziel. z jog. 60g **7**,kompot z aronii b/c 250ml | Żurek z ziem.400ml (**1,7),** zrazik piecz. w jarz.80g **3**, sos pomid. 70ml **(1,7),** kasza 180g **1**, sałata ziel.z jog 60g **7**, kalafior got. z bułką tartą 100g **1,** kompot z aronii b/c 250ml | Żurek z ziem.400ml(**1,7),** zrazik piecz. w jarz.80g **3**, sos pomid. 70ml (**1,7),** kasza 180g **1,** sałata ziel. z jog.60g **7**,kalafior got. z bułką tartą 100g **1**,kompot z aronii b/c 250ml |
| **PD** |  | | | |  | Herbata b/c , graham 65g(**1**,**16),**masło 10g **7**, rzodkiewka 20g |
| **Kolacja** | Herbata 250ml,masło 20g**7**,chleb pszenno –żytni 100g (**1,18**),szynka biała 50g,pomidorki coctailowe 50g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g(**1,18)**,bułki 50g **1**, szynka biała 50g,jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml,masło 20g**7,** chleb 50g (**1,18)**, bułki 50g **1**, grysik na mleku 400ml **(1,7**), szynka biała 50g,jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml , masło 20g**.7,** chleb 50g( **1,18)**, graham 65g (**1**,16), szynka biała 50g, pomidorki coctailowe 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** szynka biała50g, pomidorki coctailowe 50g | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g **7**,chleb pszenno –żytni 50g (**1,18),** graham 65g (**1,16),** szynka biała50g, pomidorki coctailowe 50g |
| **PN** | Sok Kubuś 300ml | | Sok Kubuś 300ml | Jogurt nat. 150g **7** | Jogurt nat. 150g **7** | Jogurt nat.150g **7** |
| **Wart. odżywcza** | E kcal-2398.70  B -85.30  T -101.50  Kw tł. nas –41.70  W -298.50  W tym cukry -53.70  Bł -26.10  Sól – 8.70 | E kcal-2239.70  B -73.20  T -78.20  Kw tł. nas –39.40  W -322.30  W tym cukry -78.20  Bł -27.30  Sól – 6.50 | E kcal-2678  B -93.70  T -87.90  Kw tł. nas –44.90  W -390.30  W tym cukry -100.30  Bł -28.80  Sól – 7 | E kcal-2155.90  B -73.80  T -77.50  Kw tł. nas –38.30  W -305.70  W tym cukry -67.30  Bł -34  Sól – 7.10 | E kcal-2158.70  B -84.70  T -83.50  Kw tł. nas-40.10  W -283.60  W tym cukry -42.10  Bł -31.20  Sól – 8.40 | E kcal-2651.30  B -101.50  T -103.60  Kw tł. nas – 52.40  W -348.80  W tym cukry -43.80  Bł -39.90  Sól – 9,90 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie projektu