

Poniedziałek

ŚNIADANIE 08:00

Chleb mieszany, z płatkami owsianymi/Chleb pszenny
Twarożek ze szczypiorkiem
Masło ekstra
Sałata
Pomidor (bez skórki)
Herbata czarna, napar bez cukru

OBIAD 13:00

Zupa krem z brokuła
Kotlet z piersi kurczaka
Ziemniaki gotowane
Surówka z tartej marchewki
Kompot

PODWIECZOREK 16:00

Mleczna ryżanka na słodko

KOLACJA 20:00

Chleb mieszany, z płatkami owsianymi
Masło ekstra
Tradycyjna sałatka jarzynowa
Herbata czarna, napar bez cukru

Wtorek

ŚNIADANIE 08:00

Kasza manna na mleku
Chleb mieszany z płatkami owsianymi/
Chleb pszenny
Masło ekstra
Parówki z kurczaka
Pomidor (bez skórki)
Herbata czarna, napar bez cukru

OBIAD 13:00

Zupa ogórkowa
Sos pomidorowy z tuńczykiem
Ryż biały (paraboiled)
Kompot

PODWIECZOREK 16:00

Owsianka a'la ciasto marchewkowe

KOLACJA 20:00

Masło ekstra
Sałata
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi
Szynka wieprzowa, gotowana
Ogórek kwaszony
Herbata czarna, napar bez cukru

Środa

ŚNIADANIE 08:00

Chleb mieszany, z płatkami Owsianymi/Chleb pszenny
Masło ekstra
Pasta jajeczna
Sałata
Herbata czarna, napar bez cukru

OBIAD 13:00

Zupa krem z dyni z sezamem
Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana
Pieczeń drobiowa w sosie
Surówka z czerwonej kapusty/Buraki
Kompot

PODWIECZOREK 16:00

Brzoskwinia z serkiem homogenizowanym

KOLACJA 20:00

Chleb mieszany, z płatkami owsianymi
Masło ekstra
Sałatka z makaronem, szynką i ogórkiem
Herbata czarna, napar bez cukru

Czwartek

ŚNIADANIE 08:00

Masło ekstra
Sałata
Ser, gouda tłusty
Chleb mieszany, z płatkami owsianymi/Chleb pszenny
Herbata czarna, napar bez cukru

OBIAD 13:00

Barszcz czerwony z ziemniakami
Pulpety pieczone.
Ziemniaki gotowane
Surówka z kapusty białej/pekińskiej
kapusty
Kompot

PODWIECZOREK 16:00

Bułeczki drożdżowe, z nadzieniem serowym

KOLACJA 20:00

Chleb pszenny
Masło ekstra
Sałata
Galantyna drobiowa
Herbata czarna, napar bez cukru

Piątek

ŚNIADANIE 08:00

Chleb mieszany, z płatkami Owsianymi/Chleb pszenny
Masło ekstra
Sałatka jarzynowa
Ogórek kwaszony
Herbata czarna, napar bez cukru

OBIAD 13:00

Krupnik z warzywami
Ziemniaki gotowane
Smażona/pieczona ryba z dipem koperkowym
Surówka z kapusty kiszzonej/Gotowana marchewka
Kompot

PODWIECZOREK 16:00

Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu

KOLACJA 20:00

Chleb mieszany, z płatkami owsianymi
Ser twarogowy półtłusty
Masło ekstra
Herbata czarna, napar bez cukru

Sobota

ŚNIADANIE 08:00

Masło ekstra
Ogórek zielony (długi)
Połudwica sopocka
Chleb mieszany, z płatkami Owsianymi/chleb pszenny
Herbata czarna, napar bez cukru

OBIAD 13:00

Zupa pomidorowa z ryżem
Buchty drożdżowe
Śmietana 10%
Powidła śliwkowe
Kompot

PODWIECZOREK 16:00

Ciasto francuskie ze szpinakiem

KOLACJA 20:00

Chleb żytni razowy
Masło ekstra
Jajka na twardo
Sałata rzymska
Herbata czarna, napar bez cukru

Niedziela

ŚNIADANIE 08:00

Masło ekstra
Bezglutenowa owsianka na mleku
Bułki i rogalce maślane
Dżem 100% owoców (różne rodzaje)
Herbata czarna, napar bez cukru

OBIAD 13:00

Rosół domowy na udku z kurczaka z makaronem
Mięso w sosie z kluskami śląskimi
Surówka z kapusty pekińskiej
Kompot

PODWIECZOREK 16:00

Budyń na mleku krowim

KOLACJA 20:00

Pasztet z mięsa mieszanego
Chleb pszenny
Masło ekstra
Ogórek kwaszony
Herbata czarna, napar bez cukru

K: 2053.9 / B: 84.2 T: 79.3 / WP: 234.1 F: 42.3 / WW: 23.3	K: 1977.1 / B: 78.4 T: 68.7 / WP: 244.4 F: 39.5 / WW: 24.3	K: 2182.5 / B: 103.2 T: 84.7 / WP: 230.2 F: 41.8 / WW: 22.9	K: 2212.6 / B: 102.6 T: 83.1 / WP: 247.5 F: 39.9 / WW: 24.9	K: 1994.0 / B: 87.9 T: 71.5 / WP: 229.0 F: 48.2 / WW: 22.7	K: 1939.5 / B: 67.6 T: 67.9 / WP: 249.3 F: 32.6 / WW: 25.0	K: 2263.3 / B: 75.0 T: 90.0 / WP: 279.1 F: 26.3 / WW: 28.1
--	--	---	---	--	--	--

