

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	niedziela
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	śniadanie
-chleb pszenny 60g - masło 10g - wędlina 80g - rukola - herbata czarna A :1,7	-chleb pszenny 60g - masło 10g - twaróg 120g - pomidor bez skórki - herbata czarna A: 1,7	-chleb pszenny 60g - owsianka na mleku 150ml - masło 10g - wędlina - mix sałat - herbata czarna A: 1,3,7	-chleb pszenny 60g - masło 10g - galaretka drobiowa 120g - sałata masłowa A: 1,7	-chleb pszenny 60g - masło 10g - twaróg 120g - mix sałat - herbata czarna A: 1,7	-chleb pszenny 60g - masło 10g - wędlina 80g - rukola - herbata czarna A : 1,7	- owsianka na mleku 150 ml - chałka drożdżowa z kruszonką 70g - masło 10g - dżem 50g - herbata czarna A : 1,3,7
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	obiad
- zupa jarzynowa 450ml - pierogi z mięsem 320 g A: 1,3,9	- zupa krem z białych warzyw 450ml - ziemniaki gotowane 200g - gotowana pierś z kurczaka 120 g - brokuł gotowany A : 1,7,9	- zupa ziemniaczana 450ml - spaghetti z mięsem mielonym 450g A : 1,3,7	- zupa grysikowa 450ml - mięso wieprzowe w sosie 120g - kasza jęczmienna 100g - marchewka tarta z jabłkiem 110g A: 1,7	- zupa krem z dyni 450ml - ryż z cynamonem, jabłkiem i serkiem 250g A: 1,3,7	-zupa barszcz czerwony 450ml - wątróbka drobiowa w sosie gotowana 150g - ziemniaki gotowane 200g - ogórek kiszony bez skórki A : 7	- rosół z makaronem 450ml - kluski śląskie 120g - mięso pieczone wieprzowe w sosie 100g -buraczki zasmażane 50g A: 1, 3, 7

Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	podwieczorek
jabłko A:	Ciastka maślane z marmoladą A : 1,3,7	Jogurt owocowy A : 7	Ciastka owsiane A : 1,3,7	herbatniki A : 1,3,7	budyń A : 7	Galaretka na słodko A :
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	kolacja
- chleb pszenny 90g - masło 10g - wędlina 80g - rukola/pomidor bez skóry - herbata czarna A: 1,7	- Chleb pszenny 60g - masło 10g - sałatka jarzynowa 120g - herbata czarna A: 1,3,7,9	- Chleb pszenny 60g - masło 10g - dżem 70g - herbata czarna A: 1,7	-chleb pszenny 60g - masło 10g - wędlina 80g - pomidor bez skóry - rukola - herbata czarna A : 1,7	- Chleb pszenny 60g - masło 10g - ryba po grecku z warzywami 70g - herbata czarna A: 1,3,7,9	- Chleb pszenny 60g - masło 10g - parówki drobiowe 100g - pomidor bez skórki - herbata czarna A: 1,7	- Chleb pszenny 60g - masło 10g - pasztet z mięsa mieszanego z warzywami 100g - herbata czarna A : 1,7,9
K : 2025 B : 98g T : 98g WP : 202g NKT : 16,3 B : 35 S : 1914	K : 2003 B : 91g T : 85g WP : 218g NKT : 16,7 B : 32 S : 1931	K : 2003 B : 84g T : 79g WP : 239g NKT : 17,2 B : 31 S : 1918	K : 2095 B : 83g T : 72g WP : 291g NKT : 16,8 B : 33 S : 1957	K :2008 B : 64g T : 83g WP : 264g NKT : 16,4 B : 31 S : 1934	K : 2007 B : 68g T : 95g WP : 223g NKT : 16,4 B : 32 S : 1953	Kcal : 2185 B : 84 g T : 94 g WP : 252 g NKT : 17,5 Bł : 32 S : 1968