

<b>Poniedziałek</b>	<b>Wtorek</b>	<b>Środa</b>	<b>Czwartek</b>	<b>Piątek</b>	<b>Sobota</b>	<b>niedziela</b>
<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>śniadanie</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- chleb mieszany z płatkami owsianymi 60g</li> <li>- chleb pszenny 30g</li> <li>- masło 10g</li> <li>- wędlina 60g</li> <li>- ser żółty 40g</li> <li>- rukola</li> <li>- pomidor</li> <li>- herbata czarna</li> </ul> <p>A :1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- chleb mieszany z płatkami owsianymi 60g</li> <li>- chleb pszenny 30g</li> <li>- masło 10g</li> <li>- twaróg 100g</li> <li>- papryka</li> <li>- ser topiony 40g</li> <li>- herbata czarna</li> </ul> <p>A: 1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- chleb mieszany z płatkami owsianymi 60g</li> <li>- chleb pszenny 30g</li> <li>- owsianka na mleku 150ml</li> <li>- masło 10g</li> <li>- jajko na twardo</li> <li>- wędlina 80g</li> <li>- mix sałat</li> <li>- herbata czarna</li> </ul> <p>A: 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- chleb mieszany z płatkami owsianymi 60g</li> <li>- chleb pszenny 30g</li> <li>- masło 10g</li> <li>- galaretką drobiową 120g</li> <li>- wędlina 60g</li> <li>- rukola</li> </ul> <p>A: 1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- chleb mieszany z płatkami owsianymi 60g</li> <li>- chleb pszenny 30g</li> <li>- masło 10g</li> <li>- twaróg 100g</li> <li>- ser żółty 40g</li> <li>- buraczki kiszzone</li> <li>- herbata czarna</li> </ul> <p>A: 1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- chleb mieszany z płatkami owsianymi 60g</li> <li>- chleb pszenny 30g</li> <li>- masło 10g</li> <li>- wędlina 60g</li> <li>- rukola</li> <li>- herbata czarna</li> </ul> <p>A : 1,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- owsianka na mleku 150ml</li> <li>- chałka drożdżowa z kruszonką 100g</li> <li>- masło 10g</li> <li>- dżem 50g</li> <li>- herbata czarna</li> </ul> <p>A : 1,3,7</p>
<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>obiad</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- zupa jarzynowa 450ml</li> <li>- pierogi z mięsem 320 g</li> </ul> <p>A: 1,3,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zupa krem z białych warzyw 450ml</li> <li>- placki ziemniaczane z dynią i kurczakiem w sosie koperkowym 350g</li> </ul> <p>A : 1,3,7,9</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zupa kalafiorowa 450ml</li> <li>- spaghetti pełnoziarnisty z mięsem mielonym drobiowym 350g</li> </ul> <p>A : 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zupa grochowa 450ml</li> <li>- udko pieczone 120g</li> <li>- kasza jęczmienna 100g</li> <li>- surówka z białej kapusty 110g</li> </ul> <p>A: 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zupa krem z dyni 450ml</li> <li>- ryż z cynamonem, jabłkiem i serkiem 250g</li> </ul> <p>A: 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zupa barszcz czerwony 450ml</li> <li>- wątróbka drobiowa z sosem gotowana 100g</li> <li>- ziemniaki gotowane 200g</li> <li>- ogórek kiszony</li> </ul> <p>A : 1,3,7</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rosół z makaronem 450ml</li> <li>- kluski śląskie 120g</li> <li>- gulasz wieprzowy w sosie 100g</li> <li>- zasmażana czerwona kapusta 110 g</li> </ul> <p>A: 1, 3, 7</p>

Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	podwieczorek
jabłko A:	Ciasto marchewkowe  A : 1,3,7	Jogurt  A : 7	Ciasto owsiane  A : 1,3,7	kisiel  A : 1	budyń  A : 7	Galaretka  A :
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	kolacja
- chleb pszenny 60g - masło 10g - wędlina 60g - rukola - ogórek świeży - herbata czarna  A: 1,7	- chleb pszenny 60g - masło 10g - sałata masłowa - sałatka jarzynowa 120g - herbata czarna  A: 1,3,7,9	- chleb pszenny 60g - masło 10g - pasta z makreli i twarogu 100g - herbata czarna  A: 1,4,7	- chleb pszenny 60g - masło 10g - wędlina 60g - pomidor - herbata czarna  A : 1,7	- chleb pszenny 60g - masło 10g - ryba po grecku z warzywami 70g - herbata czarna  A: 1,4,7,9	- chleb pszenny 60g - masło 10g - pasta jajeczna 100g - sałata masłowa - herbata czarna  A: 1,3,7	- Chleb pszenny 60g - masło 10g - pasztet z mięsa mieszanego z warzywami 100g - herbata czarna  A : 1,7,9
K : 2004 B : 105g T : 94g WP : 200g NKT : 14,4 B : 35 S : 1941	K : 2050 B : 94g T : 87g WP : 222g NKT : 14,8 B : 31 S : 1952	K : 2357 B : 108g T : 88g WP : 281g NKT : 16,4 B : 34 S : 1923	K : 2038 B : 94g T : 88g WP : 227g NKT : 15,3 B : 32 S : 1945	K : 2029 B : 74g T : 84g WP : 261g NKT : 15,6 B : 30 S : 1911	K : 2100 B : 70g T : 98g WP : 232g NKT : 15,7 B : 31 S : 1946	Kcal : 2185 B : 84 g T : 94 g WP : 252 g NKT : 17,5 Bł : 32 S : 1968