



## JADŁOSPIS NA czerwiec 2018 r.

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 04.06	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g, Pomidor, ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Miód 15g  <b>390 kcal</b>	Zupa Krupnik 300g, Spaghetti bolognese 200g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna  <b>630 kcal</b>	Jogurt owocowy. herbatniki  <b>179 kcal</b>	<b>1199 kcal</b>
Wtorek 05.06	Ryż na mleku 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Ser żółty 15g, Pasta jajeczna, ogórek świeży 15g, Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, oliwki 5g <b>420 kcal</b>	Zupa Pieczarkowa 300g, Klopsy w sosie koperkowym 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z kapusty młodej 50g,, Sok jabłkowy 150g Woda mineralna <b>650 kcal</b>	Truskawki , chrupki kukurydziane  <b>204 kcal</b>	<b>1274 kcal</b>
Środa 06.06	Zupa mleczna 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Polędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ Papryka 15g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g <b>415 kcal</b>	Zupa Kalafiorowa 300g, Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 200g , kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna <b>665 kcal</b>	Babka cytrynowa , Herbatka malinowa  <b>188 kcal</b>	<b>1268 kcal</b>
Czwartek 07.06	Patki kukurydziane na mleku 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Serek topiony , szynka drobiowa 15g, Ogórek kiszony 15g, pomidor/rzodkiewka 15g, Dżem truskawkowy 15g <b>415 kcal</b>	Zupa Pomidorowa z ryżem 300g, Kotlet schabowy 60g, ziemniaki puree 120g, marchewka z groszkiem 50g kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna <b>620 kcal</b>	Jabłko . Wafelki śmiaetankowe  <b>188 kcal</b>	<b>1223 kcal</b>
Piątek 08.06	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet delikatesowy / Sałatka jarzyniwa 15g, Pomidor 15g, ogórek korniszon 15g, Papryka czerwona , rzodkiewka ze szczypiorkiem <b>400 kcal</b>	Zupa Ogórkowa 300g, Paluszki rybne 60g, ,ziemniaki puree 120 g , , surówka : "3 ogórki " 50g Kompot z wiśni i truskawek 150g Woda mineralna <b>630 kcal</b>	Banan  <b>167 kcal</b>	<b>1197 kcal</b>

Menu zatwierdzone przez **mgr. Katarzynę Homme**

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 11.06	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka bosmana 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, Rzodkiewka , Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g  <b>390 kcal</b>	Zupa Jarzynowa 300g, Gulasz wieprzowy 60 g ,Makaron penne 120g ,surówka z pekinki 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna  <b>660 kcal</b>	Winogrona . Krakersy  <b>290 kcal</b>	<b>1340 kcal</b>
Wtorek 12.06	Kakao 200g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Ser żółty 10g, Szyunka z beczki 3g, Pomidor/Ogórek 30g ,Papryka świeża , Miód  <b>450 kcal</b>	Zupa Owocowa z makaronem 300g, Kotlet mielony 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z kapusty czerwonej 50g kompot wieloowocowy 150 g <b>Woda mineralna</b> <b>630 kcal</b>	Chąłka z masłem , Herbata owocowa  <b>128 kcal</b>	<b>1208 kcal</b>
Środa 13.06	Kaszka manna na mleku 250g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka drobiowa 15g, Jajko z majonezem , ogórek kiszony i świeży 15g, Rzodkiewka/Papryka świeża 15g  <b>460 kcal</b>	Zupa z pora z ryżem 300g Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 200g Kompot z aronii 150g Woda mineralna  <b>640 kcal</b>	Kisiel owocowy, Chrupki kukurydziane  <b>150 kcal</b>	<b>1250 kcal</b>
Czwartek 14.06	Kakao 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Parówka z szynki 15g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ogórek korniszony Papryka świeża 15g, oliwki zielone 5g,ketchup  <b>415 kcal</b>	<b>Zupa Grochówka 300g,</b> Ryba Tilapia panierowana 60g Ziemniaki z koperkiem 120 g. Surówka z marchewki 50g kompot z aronii i truskawki 150g Woda mineralna  <b>640 kcal</b>	Arbuz , mix ciasteczek  <b>243 kcal</b>	<b>1298 kcal</b>
Piątek 15.06	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet delikatesowy , ser żółty 15g, Pomidor 15g, ogórek korniszon 15g, Papryka czerwona , rzodkiewka ze szczypiorkiem <b>400 kcal</b>	Zupa <b>Żurek</b> 300g, Makaron kokardki z twarogiem i truskawkami 200 g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna  <b>620 kcal</b>	Jogurt owocowy , biszkopty  <b>167 kcal</b>	<b>1187 kcal</b>

Menu zatwierdzone przez *mgr. Katarzynę Homme*

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 18.06	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa 15g , Pomidor , ogórek kiszony 15g , Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Miód 15g  <b>390 kcal</b>	Zupa Kapuśniaczek 300g, Kolorowa potrawka z kurczaka 60g Ryż 120g, Surówka z kapusty młodej 50g, Kompot śliwkowy 150g <b>Woda mineralna</b> <b>660 kcal</b>	Danio ,herbatniki   <b>179 kcal</b>	<b>1226 kcal</b>
Wtorek 19.06	Mleczna z makaronem 200g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa / Ser żółty 15g, , ogórek świeży 15g, Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, oliwki 5g  <b>420 kcal</b>	Zupa rosół z makaronem 300g, Bitki w sosie własnym 60 g , Ziemniaki z koperkiem 120 g , surówka :buraczki 50g Kompot śliwkowy 150g  <b>665 kcal</b>	Truskawki, chrupki kukurydziane   <b>204 kcal</b>	<b>1289 kcal</b>
Środa 20.06	Musli na mleku 200g, Herbata , Pieczywo 50g, masło 10g, Kurczak złocisty 15g, Pomidor /Ogórek świeży 15g, marchewka słupki 20g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g  <b>385 kcal</b>	<b>Zupa Ogórkowa 300g,</b> Naleśniki z twarogiem waniliowym i ruskawkami 200 g, Kompot z wiśni i truskawek 150g <b>Woda mineralna</b>  <b>640 kcal</b>	Chalka z masłem i nutellą Herbatka z cytrynką  <b>159 kcal</b>	<b>1184 kcal</b>
Czwartek 21.06	Musli na mleku 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Polędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g, pomidor pomidor/rzodkiewka 15g, Nutella 15g  <b>415 kcal</b>	Zupa barszcz ukraiński 300g, Pieczeń rzymska 60g, ziemniaki puree 120g, surówka : mizeria 50g kompot wielowocowy 150g Woda mineralna  <b>620 kcal</b>	Gruszka , biszkopty   <b>188 kcal</b>	<b>1223 kcal</b>
Piątek 22.06	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, ser żółty. Sałatka makaronowa 15g . Pomidor 15g, Ogórek świeży/ rzodkiewka 15g  <b>390 kcal</b>	Zupa Barszcz biały 300g, Ryż z jabłkami i cynamonem 200g Sok pomarańczowy 150g <b>Woda mineralna</b>  <b>630 kcal</b>	Banan   <b>172 kcal</b>	<b>1192 Kcal</b>

Menu zatwierdzone przez *mgr. Katarzynę Homme*

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
<b>Wtorek</b> 26.06	Kakao 200g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Szynka bosmana 10g. Twaróg ze szczypiorkiem 3g, Pomidor/Ogórek 30g ,rzodkiewka <i>Oliwki czarne</i>  <b>450 kcal</b>	Zupa Gołąbkowa 300g Makaron kokardki z twarogiem i truskawkami 200g, Kompot z aronii 150g Woda mineralna  <b>630 kcal</b>	Bułka z pasztetem delikatesowym Herbata z cytrynką  <b>128 kcal</b>	<b>1208 kcal</b>
<b>Środa</b> 27.06	Ryż na mleku 250g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g, Jajko z majonezem , ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka/Papryka świeża 15g  <b>460 kcal</b>	Zupa pomidorowa z makaronem 300g, Udko z kurczaka w sosie własnym 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka " 3 ogórki " Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna <b>650 kcal</b>	Truskawki , Ciasteczka maślane  <b>150 kcal</b>	<b>1260 kcal</b>
<b>Czwartek</b> 28.06	Kakao 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Parówka z szynki 15g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ogórek korniszony Papryka świeża 15g, oliwki zielone 5g,ketchup  <b>415 kcal</b>	Zupa Żurek 300g, Naleśniki z twarogiem i dżemem truskawkowym 200g . kompot wieloowocowy 150g <b>Woda mineralna</b>  <b>640 kcal</b>	Ciasto jogurtowe , Herbata malinowa  <b>172 kcal</b>	<b>1227 kcal</b>
<b>Piątek</b> 29.06	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, 15g, pasztet15g, Sałatka Jarzynowa 80g ,Pomidor 15g, ogórek korniszon 15g,Ogórek świeży  <b>400 kcal</b>	Zupa Kartoflanka 300g, Ryba tilapia zapiekana w warzywach 60g ,ziemniaki z koperkiem 120g , surówka z młodej kapusty 50g Kompot wieloowocowy 150g <b>Woda mineralna</b>  <b>620 kcal</b>	Jabłko . Mix ciasteczek  <b>167 kcal</b>	<b>1187 kcal</b>

Menu zatwierdzone przez *mgr. Katarzynę Homme*