

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	
<b>Poniedziałek</b> 2.07	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 Barszcz Ukraiński 300g, Klopsy w sosie koperkowym 60g, ziemniaki 120g, surówka z marchewki i jabłka Kompot wielowocowy 150g  <b>660 kcal</b>	Jogurt owocowy  <b>179 kcal</b>	<b>1229 kcal</b>
<b>Wtorek</b> 3.07	Musli na mleku 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 Krupnik 300g, Spaghetti bolognese 200g Kompot wielowocowy 150g  <b>660 kcal</b>	Arbuz, Wafelki śmietankowe  <b>188 kcal</b>	<b>1223 kcal</b>
<b>Środa</b> 4.07	Kaszka manna na mleku 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka z beczki 15g, Serek topiony 5g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ogórek korniszony Papryka świeża 15g, oliwki zielone 5g,  <b>415 kcal</b>	Zupa Rosół z makaronem 300g, Jajko w sosie koperkowym ,ziemniaki puree, surówka z kapusty świeżej Kompot z wiśni i truskawek 150g  <b>620 kcal</b>	Babka cytrynowa, Herbatka malinowa  <b>188 kcal</b>	<b>1223 kcal</b>
<b>Czwartek</b> 05.07	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Parówka z szynki 5g, Pomidor 15g, Ogórek świeży/ rzodkiewka 15g, ketchup  <b>390 kcal</b>	Zupa Jarzynowa 300g, Gulasz wieprzowy 60g, Kasza 120g, surówka z młodej kapusty 50g kompot wielowocowy 150g  <b>630 kcal</b>	<i>Banan 1 szt,</i>  <b>172 kcal</b>	<b>1192 Kcal</b>
<b>Piątek</b> 06.07	Kakao 200g, Herbata, Pieczywo 50g, masło 10g, Kurczak złocisty 15g, Pomidor /Ogórek świeży 15g, marchewka súpki 20g, Sałatka jarzynowa 15g  <b>385 kcal</b>	Zupa Ogórkowa Łazanki 200 g Sok pomarańczowy 150g  <b>665 kcal</b>	Koktajl jagodowy, Biszkopty  <b>159 kcal</b>	<b>1209 kcal</b>

**Menu** Zatwierdzone przez Dietetykę **mgr. Katarzynę Homme**

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 9.07	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 Kartoflanka 300g, Gulasz drobiowy 60 g , Ryż 120g , surówka z marchewki i jabłka 50g Kompot śliwkowy 150g  <b>630 kcal</b>	Jogurt owocowy , chrupki kukurydziane  <b>290 kcal</b>	<b>1340 kcal</b>
Wtorek 10.07	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, Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z kapusty czerwonej 50g  <b>630 kcal</b>	Arbuz , Wafelki śmietankowe  <b>197 kcal</b>	<b>1208 kcal</b>
Środa 11.07	Kaszka manna na mleku 250g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka drobiowa 15g, , Serek topiony śmietankowy , ogórek kiszony i świeży 15g, Rzodkiewka/Papryka świeża 15g  <b>460 kcal</b>	Zupa Gulaszowa 300g, Naleśniki z mussem truskawkowym i twarożkiem waniliowym 200 g, kompot z aronii i truskawki 150g  <b>640 kcal</b>	Bułka z masłem , pasztetem delikatesowym , herbata z cytrynką  <b>150 kcal</b>	<b>1250 kcal</b>
Czwartek 12.07	Patki kukurydziane na mleku 250 g, Herbata, Pieczywo pszenne 50g, masło 10g, Ser żółty Gouda 15g, Ogórek kiszony 15g, pomidor/rzodkiewka 15g, Dżem truskawkowy 15g  <b>415 kcal</b>	Zupa Kapuśniak 300g Antrykot z piersi kurczaka 60g, ziemniaki z koperkiem , surówka mizeria Kompot z aronii 150g  <b>640 kcal</b>	Galaretka z owocami  <b>167 kcal</b>	<b>1298 kcal</b>
Piątek 13.07	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet delikatesowy , salami 15g, Pomidor 15g, ogórek korniszon 15g, Papryka czerwona , rzodkiewka ze szczypiorkiem  <b>400 kcal</b>	Zupa Grochówka 300g, Bigos ze świeżej kapusty z kopytkami 200g Kompot wieloowocowy 150g  <b>620 kcal</b>	Grzesiek <b>243 kcal</b>	<b>1187 kcal</b>

Menu Zatwierdzone przez Dietetykę mgr. Katarzynę Homme

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 16.07	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 Rosół z makaronem 300g, Gulasz wieprzowy 60g Kasza 120g, Surówka z kapusty świeżej 50g, Kompot śliwkowy 150g  <b>660 kcal</b>	Jogurt owocowy , mix ciasteczek  <b>179 kcal</b>	<b>1229 kcal</b>
Wtorek 17.07	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 Pomidorowa z ryżem 300g, Udka z kurczaka w sosie własnym 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z pekinki Kompot wieloowocowy 150g  <b>650 kcal</b>	Banan .  <b>204 kcal</b>	<b>1274 kcal</b>
Środa 18.07	Kakao 200g, Herbata , Pieczywo 50g, masło 10g, Kurczak złocisty 15g, Pomidor /Ogórek świeży 15g, marchewka słupek 20g, Twarożek waniliowy 15g  <b>385 kcal</b>	Zupa Jarzynowa 300g, Makaron kokardki z sałatką owocową na jogurcie naturalnym 200 g Sok pomarańczowy 150g  <b>665 kcal</b>	Winogrona , Biszkopty  <b>159 kcal</b>	<b>1209 kcal</b>
Czwartek 19.07	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 kalafiorowa 300g, Kotlet mielony 60g, ziemniaki puree 120g, marchewka z groszkiem 50g kompot wieloowocowy 150g  <b>620 kcal</b>	Koktajl truskawkowy , Sezamki  <b>188 kcal</b>	<b>1223 kcal</b>
Piątek 20.07	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet delikatesowy , Salami 15g . , Pomidor 15g, Ogórek świeży/ rzodkiewka 15g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g  <b>390 kcal</b>	Zupa Selerowa z ryżem 300g Ryba tilapia zapiekana w warzywach , surówka z kiszzonej kapusty Kompot z wiśni i truskawek 150g  <b>630 kcal</b>	Nektarynka , Chrupki kukurydziane  <b>172 kcal</b>	<b>1192 Kcal</b>

# Menu Zatwierdzone przez Dietetykę mgr. Katarzynę Homme

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 23.07	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka bosmana 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g <b>390 kcal</b>	Zupa Rosół z makaronem 300g Potrawka z kurczaka z warzywami ziemniaki z koperkiem 120g, Surówka z pekinki kolorowa 50g, kompot wieloowocowy 150g <b>660 kcal</b>	Jogurt owocowy , Biszkopty <b>290 kcal</b>	<b>1340 kcal</b>
Wtorek 24.07	Kakao 200g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Szyunka bosmana 10g. Twaróg ze szczypiorkiem 3g, Pomidor/Ogórek 30g , rzodkiewka <i>Oliwki czarne</i> <b>450 kcal</b>	Zupa Kalafiorowa 300g Ryż z jabłkami i cynamonem 200g, Kompot z aronii 150g <b>630 kcal</b>	Ciasto jogurtowe , Herbata malinowa <b>128 kcal</b>	<b>1208 kcal</b>
Środa 25.07	Ryż na mleku 250g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka drobiowa 15g, Jajko z majonezem , ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka/Papryka świeża 15g <b>460 kcal</b>	Zupa Grochówka 300g, Bitki w sosie własnym 60 g , Kasza 120 g , surówka z ogórka kiszzonego 50g Kompot śliwkowy 150g <b>640 kcal</b>	Brzoswinia , Ciasteczka maślane <b>150 kcal</b>	<b>1250 kcal</b>
Czwartek 26.07	Musli na mleku 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Polędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g, pomidor ogórek konserwowy /rzodkiewka 15g, <b>415 kcal</b>	Zupa Żurek 300g, Naleśniki z twarogiem i dżemem truskawkowym 200g . kompot wieloowocowy 150g <b>640 kcal</b>	Gratka 1 szt, Mix ciasteczek <b>243 kcal</b>	<b>1298 kcal</b>
Piątek 27.07	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, 15g, ser żółty 15g, Sałatka ryżowa z kurczakiem 80g ,Pomidor 15g, ogórek korniszon 15g,Ogórek świeży <b>400 kcal</b>	Zupa Pomidorowa z ryżem 300g, Jajko w sosie koperkowym 60g ,ziemniaki z koperkiem 120g , surówka z kapusty kiszonej 50g Kompot wieloowocowy 150g <b>620 kcal</b>	Banan , <b>167 kcal</b>	<b>1187 kcal</b>

Menu Zatwierdzone przez Dietetykę mgr. Katarzynę Homme