

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	
Poniedziałek 1.07	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g, Pomidor, ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Miód 15g 390 kcal	Zupa Jarzynowa 300g, Gulasz wieprzowy 60g, Kasza jęczmienna 120g, surówka z młodej kapusty 50g kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 660 kcal	Jogurt owocowy 179 kcal	1229 kcal
Wtorek 2.07	Zupa mleczna 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Polędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ Papryka 15g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g 415 kcal	Zupa Krupnik 300g, Spaghetti bolognese 200g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 660 kcal	Arbuz, Mix ciasteczek 188 kcal	1223 kcal
Środa 3.07	Zupa mleczna 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, 415 kcal	Zupa Rosół z makaronem 300g, Jajko w sosie koperkowym 60g ,ziemniaki puree 120g , surówka z kapusty świeżej 50g Kompot z wiśni i truskawek 150g Woda mineralna 620 kcal	Babka cytrynowa, Herbatka malinowa 188 kcal	1223 kcal
Czwartek 04.07	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Parówka z szynki 5g, Pomidor 15g, Ogórek świeży/ rzodkiewka 15g, ketchup 390 kcal	Zupa Barszcz biały 300g, Klopsy w sosie koperkowym 60g. ziemniaki 120g. surówka z marchewki i jabłka 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 630 kcal	Banan 1 szt, 172 kcal	1192 Kcal
Piątek 05.07,	Kakao 200g, Herbata, Pieczywo 50g, masło 10g, Kurczak złocisty 15g, Pomidor /Ogórek świeży 15g, marchewka súpki 20g, Sałatka jarzynowa 15g 385 kcal	Zupa Ogórkowa Łazanki 200 g Sok pomarańczowy 150g Woda mineralna 665 kcal	Wafelek Grzesiek 159 kcal	1209 kcal

Menu Zatwierdzone przez Dietetykę mgr. Katarzynę Homme

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 8.07	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka bosmana 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, Rzodkiewka , Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g 390 kcal	Zupa Kartoflanka 300g, Potrawka z kurczaka 60 g , Ryż 120g , surówka z pekinki 50g Kompot śliwkowy 150g Woda mineralna 630 kcal	Jogurt owocowy , 290 kcal	1340 kcal
Wtorek 9.07	Kakao 200g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Ser żółty 10g, Szyunka z beczki 3g, Pomidor/Ogórek 30g ,Papryka świeża , Miód 450 kcal	Zupa owocowa z makaronem 300g, Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z kapusty czerwonej 50g Sok pomarańczowy 150g Woda mineralna 630 kcal	Jabłko, Mix ciasteczek 197 kcal	1208 kcal
Środa 10.07	Zupa mleczna 250g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka drobiowa 15g, , ogórek kiszony i świeży 15g, Rzodkiewka/Papryka świeża 15g Dżem truskawkowy 15g 460 kcal	Zupa Żurek 300g, Naleśniki z musem truskawkowym i twarożkiem waniliowym 200 g, kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 640 kcal	Bułka z masłem , pasztetem delikatesowym , herbata z cytrynką 150 kcal	1250 kcal
Czwartek 11.07	Zupa mleczna 250 g, Herbata, Pieczywo pszenne 50g, masło 10g, Ser żółty Gouda 15g/ serek topiony Ogórek kiszony 15g, pomidor/rzodkiewka 15g, Jajko z majonezem 5g 415 kcal	Zupa Kapuśniak 300g Antrykot z piersi kurczaka 60g, ziemniaki z koperkiem 120g , surówka :mizeria 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 640 kcal	Brzoskwinia . Chrupki kukurydziane 167 kcal	1298 kcal
Piątek 12.07	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 400 kcal	Zupa Grochówka 300g, Bigos ze świeżej kapusty z kopytkami domowymi 200g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 620 kcal	Jogurt owocowy 243 kcal	1187 kcal

Menu Zatwierdzone przez Dietetykę mgr. Katarzynę Homme

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 15.07	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka drobiowa 15g, Pomidor, ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Miód 15g 390 kcal	Zupa Rosół z makaronem 300g, Gulasz wieprzowy 60g Kasza 120g, Surówka z kapusty śwież. 50g, Kompot śliwkowy 150g Woda mineralna 660 kcal	Jogurt owocowy, 179 kcal	1229 kcal
Wtorek 16.07	Zupa Mleczna 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka z beczki / Ser żółty 15g, ogórek świeży 15g, Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, oliwki 5g 420 kcal	Zupa Pomidorowa z ryżem 300g, Udka z kurczaka w sosie własnym 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z pekinki 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 650 kcal	Banan. 204 kcal	1274 kcal
Środa 17.07	Kakao 200g, Herbata, Pieczywo 50g, masło 10g, Kurczak złocisty 15g, Pomidor /Ogórek świeży 15g, marchewka słupek 20g, Twarożek waniliowy 15g 385 kcal	Zupa Jarzynowa 300g, Makaron kokardki z sałatką owocową na jogurcie naturalnym 200 g Sok pomarańczowy 150g Woda mineralna 665 kcal	Winogrona, Biszkopty 159 kcal	1209 kcal
Czwartek 18.07	Zupa mleczna 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 415 kcal	Zupa Fasolowa 300g, Kotlet mielony 60g, ziemniaki pure 120g. marchewka z groszkiem 50g kompot wieloowocowy 150g 620 kcal	Koktajl truskawkowy, Sezamki 188 kcal	1223 kcal
Piątek 19.07	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 390 kcal	Zupa Selerowa z ryżem 300g Ryba tilapia zapiekana w warzywach 60g, Ziemniaki pure 120g surówka z kisz. Kapusty 50 g Kompot 150g Woda mineralna 630 kcal	Nektarynka, Chrupki kukurydziane 172 kcal	1192 Kcal

Menu Zatwierdzone przez Dietetykę mgr. Katarzynę Homme

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 22.07	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka bosmana 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g 390 kcal	Zupa Jarzynowa 300g Ryż z jabłkami i cynamonem 200g, Kompot owocowy 150g Woda mineralna 630 kcal	Jogurt owocowy , 290 kcal	1340 kcal
Wtorek 23.07	Kakao 200g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Szynka bosmana 10g. Twaróg ze szczypiorkiem 3g, Pomidor/Ogórek 30g ,rzodkiewka <i>Oliwki czarne</i> 450 kcal	Zupa Ogórkowa 300g Pulpety w sosie pieczakowym 60g, ziemniaki purre 120g , Surówka z młodej kapusty 50g Kompot wieloowocowy Woda mineralna 675 kcal	Ciasto jogurtowe , Herbata malinowa 128 kcal	1208 kcal
Środa 24.07	Zupa mleczna 250g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g, Jajko z majonezem , ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka/Papryka świeża 15g 460 kcal	Zupa Grochówka 300g, Bitki w sosie własnym 60 g , Kasza 120 g , surówka z ogórka kisz. 50g Sok Jabłkowy 150g Woda minieralna 640 kcal	Winogrona , Ciasteczka maślane 150 kcal	1250 kcal
Czwartek 25.07	Zupa mleczna 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Polędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g,pomidor ogórek konserwowy /rzodkiewka 15g, 415 kcal	Zupa Żurek 300g, Naleśniki z twarożkiem i dżemem truskawkowym 200g . kompot wieloowocowy 150g Woda minieralna 640 kcal	Jogurt owocowy 243 kcal	1298 kcal
Piątek 26.07	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 400 kcal	Zupa Pomidorowa z ryżem 300g, Jajko w sosie koperkowym 60g ziemniaki z koperkiem 120g , surówka z kapusty kisz. 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 620 kcal	Banan , 167 kcal	187 kcal

Menu Zatwierdzone przez Dietetykę mgr. Katarzynę Homme

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 29.07.	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa 15g , Pomidor , ogórek kiszony 15g , Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Miód 15g 390 kcal	Zupa Kartoflanka 300g, Gulasz wieprzowy 60 g , Kasza 120g , surówka z kapusty świeżej 50g Kompot śliwkowy 150g Woda mineralna 630 kcal	Jogurt owocowy , 179 kcal	1199 kcal
Wtorek 30.07	Kawa Inka z mlekiem 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Polędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ Papryka 15g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g 415 kcal	Zupa Barszcz biały 300g, Makaron świderki z twarogiem i śmietanką 200g , kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 665 kcal	Babka cytrynowa , Herbatka malinowa 188 kcal	1268 kcal
Środa 31.07	Kakao 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Szyńka z beczki 15g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ogórek kiszony Papryka świeża 15g, oliwki zielone 5g, ketchup 415 kcal	Zupa Rosół z makaronem 300g, Schab panierowany 60g, ziemniaki puree 120g. marchewka z groszkiem 50g kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 620 kcal	Arbuz , \wafelek śmietankowy 188 kcal	1223 kcal