



JADŁOSPIS NA czerwiec 2021r.

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek ..	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g, Pomidor, ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Miód 15g 410 kcal	Zupa Krupnik 300g, Klopsy w sosie koperkowym 60g, ryż 120g, surówka z kapusty świeżej 50g,, Sok jabłkowy 150g Woda mineralna 660 kcal	Jogurt owocowy. 190 kcal	1260 kcal
Wtorek	Zupa mleczna 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Ser żółty 15g, Pasta jajeczna, ogórek świeży 15g, Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, oliwki 5g 420 kcal	Zupa Rosół z makaronem 300g, Kotlet schabowy 60g, ziemniaki puree 120g, marchewka z groszkiem 50g, kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 675 kcal	Jabłko 205 kcal	1300 kcal
Środa	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 Ogórkowa 300g, Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 200g, kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 665 kcal	Babka cytrynowa, Herbatka malinowa 195 kcal	1275 kcal
Czwartek				
Piątek 04.06	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 430 kcal	Zupa Kalafiorowa 300g, Paluszki rybne 60g, ziemniaki puree 120g, surówka "3 ogórki" 50g Kompot z wiśni i truskawek 150g Woda mineralna 670 kcal	Banan 165 kcal	1265 kcal

Menu zatwierdzone przez **mgr. Katarzynę Homme**

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
-------	-----------	-------	--------------	-------

Poniedziałek 07.06	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka bosmana 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, Rzodkiewka , Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g 420 kcal	Zupa Jarzynowa 300g, Gulasz wieprzowy 60 g Kasza jęczmienna 120g ,surówka z pekinki 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 670 kcal	Jogurt owocowy 190 kcal	1280 kcal
Wtorek 08.06	Zupa mleczna 200g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Ser żółty 10g, Szynka z beczki 3g, Pomidor/Ogórek 30g ,Papryka świeża , Miód 420 kcal	Zupa Owocowa z makaronem 300g, Kotlet mielony 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z marchewki 50g kompot wieloowocowy 150 g Woda mineralna 660 kcal	Chałka z masłem , Herbata owocowa 195 kcal	1275 kcal
Środa 09.06	Zupa mleczna 250g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g, Jajko z majonezem , ogórek kiszony i świeży 15g, Rzodkiewka/Papryka świeża 15g 440 kcal	Zupa Grochówka 300g Pierogi leniwe z masełkiem i bułką tartą 200g Kompot z aronii 150g Woda mineralna 650 kcal	Gruszka 160 kcal	1250 kcal
Czwartek 10.06	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 430 kcal	Zupa z pora z ryżem 300g, Ryba Tilapia panierowana 60g Ziemniaki z koperkiem 120 g. Surówka kapusty kiszonej 50g kompot z aronii i truskawki 150g Woda mineralna 665 kcal	Koktajl truskawkowy na kefirze 200 kcal	1295 kcal
Piątek 11.06	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 435 kcal	Zupa Żurek 300g, Makaron kokardki z twarogiem i truskawkami 200 g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 655 kcal	Jabłko 180kcal	1270 kcal

Menu zatwierdzone przez **mgr. Katarzynę Homme**

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
-------	-----------	-------	--------------	-------

Poniedziałek 14.06	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa 15g, Pomidor, ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Miód 15g 420 kcal	Zupa Kapuśniaczek 300g, Kolorowa potrawka z kurczaka 60g, Ryż 120g, Surówka z kapusty młodej 50g, Kompot śliwkowy 150g, Woda mineralna 670 kcal	Jogurt owocowy 190 kcal	1280 kcal
Wtorek	Zupa mleczna 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa / Ser żółty 15g, ogórek świeży 15g, Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, oliwki 5g 410 kcal	Zupa rosół z makaronem 300g, Bitki w sosie własnym 60 g, Ziemniaki z koperkiem 120 g, surówka :buraczki 50g, Kompot śliwkowy 150g 680 kcal	Truskawki, chrupki kukurydziane 204 kcal	1294 kcal
Środa	Kakao 200g, Herbata, Pieczywo 50g, masło 10g, Kurczak złocisty 15g, Pomidor /Ogórek świeży 15g, marchewka súpki 20g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g 420 kcal	Zupa Ogórkowa 300g, Naleśniki z twarogiem waniliowym i ruskawkami 200 g, Kompot z wiśni i truskawek 150g, Woda mineralna 660 kcal	Babka cytrynowa, Herbatka z cytrynką 210kcal	1290 kcal
Czwartek 17.06	Zupa mleczna 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Połędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g, pomidor pomidor/rzodkiewka 15g, Nutella 15g 425 kcal	Zupa barszcz ukraiński 300g, Spaghetti bolognese 200g, kompot wieloowocowy 150g, Woda mineralna 670 kcal	Gruszka 195kcal	1290 kcal
Piątek	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, ser żółty. Sałatka makaronowa 15g. Pomidor 15g, Ogórek świeży/ rzodkiewka 15g 430 kcal	Zupa Pomidorowa z makaronem 300g, Ryż z jabłkami i cynamonem 200g, Sok pomarańczowy 150g, Woda mineralna 650 kcal	Banan 180 kcal	1260 Kcal

Menu zatwierdzone przez **mgr. Katarzynę Homme**

Poniedziałek. 21.06	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka bosmana 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, Miód 15g 410 kcal	Zupa Jarzynowa 300g Gulasz wieprzowy 60g Kasza 120g, Surówka z pekinki 50g, kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 670 kcal	Jogurt owocowy 190 kcal	1270 kcal
Wtorek 22.06	Zupa mleczna 200g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Szyunka bosmana 10g. Twaróg ze szczypiorkiem 3g, Pomidor/Ogórek 30g ,rzodkiewka Oliwki czarne 420 kcal	Zupa Gołąbkowa 300g Makaron kokardki z twarogiem i truskawkami 200g, Kompot z aronii 150g Woda mineralna 660 kcal	Bułka z dżemem truskawowym Herbata z cytryną 210 kcal	1290 kcal
Środa 23.06	Zupa mleczna 250g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka drobiowa 15g, Jajko z majonezem , ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka/Papryka świeża 15g 430 kcal	Zupa pomidorowa z makaronem 300g, Udko z kurczaka w sosie własnym 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka " 3 ogórki " Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 680 kcal	Galaretka z truskawkami 170 kcal	1280 kcal
Czwartek 24.06	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 425 kcal	Zupa Żurek 300g, Naleśniki z twarogiem i dżemem truskawkowym 200g . kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 670 kcal	Ciasto jogurtowe , Herbata malinowa 195 kcal	1290 kcal
Piątek 25.06	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 440 kcal	Zupa Kartoflanka 300g, Paluszki rybne 60g , ziemniaki z koperkiem 120g , surówka z młodej kapusty 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 670 kcal	Jabłko . 180 kcal	1290 kcal

Menu zatwierdzone przez *mgr.Katarzynę Homme*

Poniedziałek 29.06	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g, Pomidor, ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Miód 15g 420 kcal	Zupa Kalafiorowa 300g, Gulasz wieprzowy 60g Kasza 120g, Surówka z pekinki kolorowa 50g, Kompot śliwkowy 150g Woda mineralna 670 kcal	Jogurt owocowy 179 kcal	1269 kcal
Wtorek 30.06	Mleczna z makaronem 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa / Serek topiony 15g, ogórek świeży 15g, Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, oliwki 5g 425 kcal	Zupa Barszcz biały 300g, Makaron kokardki z twarogiem i musem truskawkowym 200g Sok pomarańczowy 150g Woda mineralna 665 kcal	Babka cytrynowa Herbatka malinowa 204 kcal	1294 kcal
Środa 01.07	Zupa mleczna 200g, Herbata, Pieczywo 50g, masło 10g, Kurczak złocisty 15g, Pomidor /Ogórek świeży 15g. Rzodkiewka, Pasta jajeczna z tuńczykiem 20g, 395 kcal	Zupa fasolowa 300g, Bitki w sosie własnym 60 g, Ziemniaki 120 g, surówka buraczki domowe 50g Kompot śliwkowy 150g Woda mineralna 670 kcal	Koktajl truskawkowy na kefirze 172 kcal	1237 kcal
Czwartek 01.07	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 415 kcal	Zupa Kartoflanka z koperkiem 300g, Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 200g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 645 kcal	Jabłko, 188 kcal	1248 kcal
02.07 . Piątek	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Paszтет delikatesowy, 15g. Sałatka ryżowa, Pomidor 15g, Ogórek świeży/ rzodkiewka 15g 425 kcal	Zupa Rosół z makaronem 300g, Paluszki rybne 60g, ziemniaki puree 120g, surówka z kapusty kiszony 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 660 kcal	Banan 172 kcal	1257 Kcal

Menu zatwierdzone przez **mgr. Katarzynę Homme**