

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
<b>Poniedziałek</b> <b>30.09.2024</b>	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka bosmana 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, Rzodkiewka , Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g  <b>420 kcal</b>	Zupa Pomidorowa z ryżem 300g, Spaghetti bolognese 200g  Kompot wieloowocowy 150g  <b>665 kcal</b>	Jogurt owocowy ,    <b>200 kcal</b>	<b>1285 kcal</b>
<b>Wtorek</b> <b>01.10.2024</b>	Kakao 200g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Ser żółty 15 g, 3g, Pomidor/Ogórek 30g ,Papryka świeża , Twarożek z rzodkiewką  <b>430 kcal</b>	Zupa Żurek 300g, Makaron kokardki z twarogiem waniliowym i śmietanką 200g  kompot wieloowocowy 150 g <b>670 kcal</b>	Wafelek Grzesiek   <b>128 kcal</b>	<b>1228 kcal</b>
<b>Środa</b> <b>02.10.2024</b>	Kawa Inka 250g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa 15g, Jajko z majonezem, ogórek kiszony i świeży 15g, Rzodkiewka 15g, Miód <b>420 kcal</b>	Zupa Ogórkowa 300g, Gulasz wieprzowy 60g, ziemniaki puree 120g, surówka :buraczki 50g  Sok pomarańczowy <b>660 kcal</b>	Śliwki   <b>180 kcal</b>	<b>1260 kcal</b>
<b>Czwartek</b> <b>03.10.2024</b>	Zupa mleczna 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Ser Gouda 15g, Ogórek kiszony 15g, pomidor pomidor/rzodkiewka 15g, Nutella 15g  <b>425 kcal</b>	Zupa Krupnik 300g Naleśniki z jogurtem i dżemem truskawkowym 200 g  Kompot owocowy 150g  <b>670 kcal</b>	Jabłko   <b>188 kcal</b>	<b>1283 kcal</b>
<b>Piątek</b> <b>04.10.2024</b>	Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Paszтет drobiowy , sałatka jarzynowa 15g, Pomidor 15g, ogórek korniszon 15g, Papryka czerwona , rzodkiewka ze szczypiorkiem Dżem truskawkowy 5 g <b>420 kcal</b>	Zupa Kapuśniak 300g, Paluszki rybne 50 g Ziemniaki purre 120 g Sos koperkowym Surówka z marchewki 50 g Sok jabłkowy 150g  <b>640 kcal</b>	Banan   <b>167 kcal</b>	<b>1227 kcal</b>

Menu zatwierdzone przez Dietetykę mgr Katarzynę Homme

\* Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
<b>Poniedziałek</b> <b>07.10.2024</b>	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g , Pomidor , ogórek kiszony 15g , Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Dżem truskawkowy 5g  <b>420 kcal</b>	Zupa Rosół z makaronem 300g, Potrawka z kurczaka 50 g Ryż 120 g Surówka z pekiniki 50 g  Kompot owocowy 150g  <b>670 kcal</b>	Jogurt owocowy      <b>179 kcal</b>	<b>1269 kcal</b>
<b>Wtorek</b> <b>08.10.2024</b>	Kakao 200g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Ser Żółty / Serek topiony 15g, , ogórek świeży 15g, Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, Twarożek ze szczypiorkiem 5g <b>425 kcal</b>	Zupa Kartoflanka z koperkiem 300g, Makaron świderki z twarogiem i musem truskawkowym 200 g  Sok pomarańczowy 150g <b>665 kcal</b>	Babka cytrynowa Herbatka malinowa     <b>204 kcal</b>	<b>1294 kcal</b>
<b>Środa</b> <b>09.10.2024</b>	Kawa Inka 200g, Herbata , Pieczywo 50g, masło 10g, Kurczak złocisty 15g, Pomidor /Ogórek świeży 15g. Rzodkiewka , Miód 5 g,  <b>395 kcal</b>	Zupa Ogórkowa 300g, Pulpety w sosie marchewkowym 60 g , Ziemniaki puree 120 g , surówka z ogórka kiszzonego 50g Kompot wieloowocowy 150g <b>670 kcal</b>	Wafelki śmietankowe      <b>172 kcal</b>	<b>1237 kcal</b>
<b>Czwartek</b> <b>10.10.2024</b>	Zupa mleczna 200 g, 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 Barszcz biały 300g, Pierogi leniwe z masełkiem i bułką tartą 200 g  Sok jabłkowy 150g  <b>645 kcal</b>	Banan ,       <b>188 kcal</b>	<b>1248 kcal</b>
<b>Piątek</b> <b>11.10.2024</b>	Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Paszтет delikatesowy , 15g . Sałatka ryżowa , Pomidor 15g, Ogórek świeży/ rzodkiewka 15g Dżem truskawkowy 5 g <b>425 kcal</b>	Zupa Jarzynowa 300g, Jajko w sosie koperkowym 50 g, ziemniaki purre 120 g surówka z kapusty białej 50g Kompot owocowy 150g  <b>660 kcal</b>	Jabłko       <b>172 kcal</b>	<b>1257 Kcal</b>

*Menu zatwierdzone przez Dietetykę mgr Katarzynę Homme*

- *Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych*

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	
<b>Poniedziałek</b> <b>14.10.2024</b>	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g , Pomidor , ogórek kiszony 15g , Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Dżem truskawkowy 5g  <b>430 kcal</b>	Zupa Pomidorowa z ryżem 300g, Gulasz drobiowy z warzywami 60g, Kasza jęczmienna 120g, surówka z pekinki kolorowa 50g  kompot wieloowocowy 150g <b>680 kcal</b>	Jogurt owocowy     <b>180 kcal</b>	<b>1290 kcal</b>
<b>Wtorek</b> <b>15.10.2024</b>	Zupa mleczna 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Polędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ Papryka 15g, Twarożek z rzodkiewką 5g <b>425 kcal</b>	Zupa Kalafiorowa z ziemniaki 300g, Penne carbonarra 200g  Sok jabłkowy 150g  <b>660 kcal</b>	Wafelek Grześ     <b>205 kcal</b>	<b>1290 kcal</b>
<b>Środa</b> <b>16.10.2024</b>	Kakao 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Pasztet drobiowy 15g, Serek topiony 5g Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ogórek korniszon Papryka świeża 15g, oliwki zielone 5g, Miód 5 g <b>415 kcal</b>	Zupa Barszcz ukraiński 300g, Naleśniki z twarogiem waniliowym i dżemem truskawkowym 300 g  Kompot owocowy 150g  <b>650 kcal</b>	Śliwki      <b>188 kcal</b>	<b>1253 kcal</b>
<b>Czwartek</b> <b>17.10.2024</b>	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 5g , Pomidor 15g, Ogórek świeży/ rzodkiewka 15g, Nutella 5g  <b>430 kcal</b>	Zupa Koperkowa 300g, Udka kurczaka w sosie własnym 60g ziemniaki puree 120g surówka z kapusty świeżej 50g  Kompot wieloowocowy 150g  <b>660 kcal</b>	Banan      <b>172 kcal</b>	<b>1262 Kcal</b>
<b>Piątek</b> <b>18.10.2024</b>	Herbata , Pieczywo 50g, masło 10g, Pasztet drobiowy /serek topiony 15g, Pomidor , ogórek świeży , papryka świeża 50 g , Sałatka jarzynowa 15 g , Dżem truskawkowy 5 g <b>420 kcal</b>	Zupa Żurek 300 g Ryż z jabłkami i cynamonem 200 g  Sok pomarańczowy 150g  <b>665 kcal</b>	Jabłko      <b>188 kcal</b>	<b>1273 kcal</b>

**Menu** Zatwierdzone przez Dietetykę mgr Katarzynę Homme

\* Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

<b>Poniedziałek</b> <b>21.10.2024</b>	Mleko 200g, Herbata z cytrynką, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka bosmana / ser żółty 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, papryka czerwona , Dżem truskawkowy 5g <b>415 kcal</b>	Zupa Rosół z makaronem 300g Gulasz z indyka 60 g Kasza Jęczmienna 120 g Surówka z pekinki kolorowa 50 g  kompot wieloowocowy 150g <b>675 kcal</b>	Jogurt owocowy   <b>200 kcal</b>	<b>1290 kcal</b>
<b>Wtorek</b> <b>22.10.2024</b>	Zupa mleczna 250g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Ser Gouda 10g. Twaróg ze szczypiorkiem 3g, Pomidor/Ogórek 30g ,rzodkiewka Oliwki czarne 5g, Twarożek ze szczypiorkiem 5 g <b>430 kcal</b>	Zupa Kalafiorowa z koperkiem 300g, Makaron kokardki z musem truskawkowym i śmietanką 200 g  Sok pomarańczowy 150g <b>680 kcal</b>	Mandarynki   <b>128 kcal</b>	<b>1238 kcal</b>
<b>Środa</b> <b>23.10.2024</b>	Kakao 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa 15g, Jajko z majonezem , ogórek kiszony 15g,Rzodkiewka/Papryka świeża 15g. Miód 5 g <b>425 kcal</b>	Zupa Grochówka 300g Bitki wieprzowe w sosie 60g, ziemniaki 120g , surówka :buraczki 50g  Kompot owocowy 150g <b>650 kcal</b>	Babka cytrynowa , Herbata z miętą i cytrynką   <b>150 kcal</b>	<b>1225 kcal</b>
<b>Czwartek</b> <b>24.10.2024</b>	Kawa Inka z mlekiem 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 Jarzynowa z kurczakiem 300g, Kopytka domowe z sosem pieczeniowym 200g, Surówka z marchewki i jabłka 50g  Sok Jabłkowy 150g <b>660 kcal</b>	Śliwki   <b>172 kcal</b>	<b>1247 kcal</b>
<b>Piątek</b> <b>25.10.2024</b>	Herbata z cytryną , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet delikatesowy /Ser żółty 15g, Sałatka Makaronowa 80g ,Pomidor 15g, ogórek korniszon 15g,Ogórek świeży Dżem truskawkowy 5 g <b>430 kcal</b>	Zupa Ogórkowa 300g, Paluszki rybne 50 g Ziemniaki puree 120 g Marchewka z groszkiem 50g  kompot wieloowocowy 150g <b>650 kcal</b>	Jabłko   <b>188 kcal</b>	<b>1268 kcal</b>

*Menu zatwierdzone przez mgr Katarzynę Homme*

- *Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych*

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
<b>Poniedziałek</b> <b>28.10.2024</b>	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka bosmana 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, Rzodkiewka , Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g  <b>420 kcal</b>	Zupa Pomidorowa z ryżem 300g, Spaghetti bolognese 200g  Kompot wieloowocowy 150g  <b>665 kcal</b>	Jogurt owocowy ,    <b>200 kcal</b>	<b>1285 kcal</b>
<b>Wtorek</b> <b>29.10.2024</b>	Kakao 200g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Ser żółty 15g, Pomidor/Ogórek 30g ,Papryka świeża , Twarożek z rzodkiewką  <b>430 kcal</b>	Zupa Barszcz Biały 300g, Klopsiki w sosie pomidorowym 60g, Ziemniaki puree 120g, surówka :buraczki 50g  kompot wieloowocowy 150 g  <b>670 kcal</b>	Gruszka    <b>128 kcal</b>	<b>1228 kcal</b>
<b>Środa</b> <b>30.10.2024</b>	Kawa Inka 250g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa 15g, Jajko z majonezem, ogórek kiszony i świeży 15g, Rzodkiewka 15g, Miód  <b>420 kcal</b>	Zupa Kartoflanka 300g, Naleśniki z twarogiem waniliowym i dżemem truskawkowym 200g  Sok pomarańczowy  <b>660 kcal</b>	Śliwki    <b>180 kcal</b>	<b>1260 kcal</b>
<b>Czwartek</b> <b>31.10.2024</b>	Zupa mleczna 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Ser żółty 15g, Ogórek kiszony 15g, pomidor pomidor/rzodkiewka 15g, Nutella 15g  <b>425 kcal</b>	Zupa Gołąbkowa 300g 200 g Makaron muszelki z sałatką owocową i jogurtem naturalnym 200 g  Kompot owocowy 150g  <b>670 kcal</b>	Jabłko    <b>188 kcal</b>	<b>1283 kcal</b>
<b>Piątek</b> <b>01.11.2024</b>	<i>Wszystkich Świętych</i>			

*Menu zatwierdzone przez Dietetyką mgr Katarzynę Homme*  
*\* Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych*