

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
<b>Poniedziałek 04.11</b>	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>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 05.11</b>	Zupa mleczna 250g, 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 06.11</b>	Kakao 200g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyunka 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>	Jabłko  <b>180 kcal</b>	<b>1260 kcal</b>
<b>Czwartek 07.11</b>	Kawa Inka 200 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>	Chałka z masłem i dżemem truskawkowym, Herbata z cytrynką <b>188 kcal</b>	<b>1283 kcal</b>
<b>Piątek 08.11</b>	Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet 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 może ulec zmianie z przyczyn losowych

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
<b>Poniedziałek</b>				
<b>Wtorek 12.11</b>	Mleko 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 Rosół z makaronem 300g, Potrawka z kurczaka 50 g Ryż 120 g Surówka z pekinki 50 g  Kompot owocowy 150g <b>665 kcal</b>	Jogurt owocowy   <b>204 kcal</b>	<b>1294 kcal</b>
<b>Środa 13.11</b>	Kakao 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 14.11</b>	Kawa Inka 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 masłem i bułką tartą 200 g  Sok jabłkowy 150g  <b>645 kcal</b>	Banan ,   <b>188 kcal</b>	<b>1248 kcal</b>
<b>Piątek 15.11.</b>	Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet delikatesowy , 15g . Sałatka ryżowa , Pomidor 15g, Ogórek świeży/ rzodkiewka 15g Dżem truskawkowy 5 g <b>425 kcal</b>	Zupa Jarzynowa 300g, Łazanki 300 g Kompot owocowy 150g <b>660 kcal</b>	Jabłko   <b>172 kcal</b>	<b>1257 Kcal</b>

Menu zatwierdzone przez Dietetyka mgr.Katarzynę Homme

- Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	
<b>Poniedziałek 18.11</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 19.11.</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 20.11</b>	Kakao 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet drobiowy 15g, Serek topiony 5g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ogórek kornisz 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>	Banan  <b>188 kcal</b>	<b>1253 kcal</b>
<b>Czwartek 21.11</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>	Babka cytrynowa, Herbatka malinowa  <b>172 kcal</b>	<b>1262 Kcal</b>

<b>Piątek 22.11.</b>	Herbata , Pieczywo 50g, masło 10g, Paszтет drobiowy /serek topiony 15g,Pomidor , ogórek świeży , papryka świeża 50 g ,Sałatka jarzynowa 15 g , Dżem truskawkowy 5 g <b>420kcal</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 Dietetyką mgr.Katarzynę Homme

\* Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

<b>Poniedziałek 25.11</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 26.11</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 27.11</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 28.11</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, Łazanki 300 g  Sok Jabłkowy 150g  <b>660 kcal</b>	Banan     <b>172 kcal</b>	     <b>1247 kcal</b>
<b>Piątek 29.11</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*