

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 05.10	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa / Ser żółty 15g, ogórek na sałacie ze szczypiorkiem, Rzodkiewka ,papryka 15g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 5g 430 kcal A-1,3,4,5	Zupa Pomidorowa z ryżem i marchewką 300g, Makaron świderki z twarogiem i śmietanką 200 g 665 kcal A-1,2,3,5,	Jogurt owocowy 90 kcal A-1	1185 kcal
Wtorek 06.10	Zupa mleczna 250 g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa /ser 15g, ogórek kiszony i świeży , Rzodkiewka na sałacie 15g Chipsy jabłkowe , Jajko na twardo w plasterkach Twarożek waniliowy 5g 420cal A-1,2, 3,4,5	Zupa Buraczkowa z ziemniakami (na wywarze warzywnym) 300g Udka kurczaka w sosie marchewkowym 60 g Ziemniaki puree 120 g Surówka z kapusty białej 50 g 660 kcal A-1,3,5	Banan 1 szt. 120 kcal	1200 kcal
Środa 07.10	Kawa Inka , Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g,Szynka drobiowa /ser żółty15g, ogórek kiszony i świeży , Rzodkiewka/Papryka świeża na sałacie 15g, Miód 3g 440 kcal A-1, 3, 4,5	Zupa Fasolowa z ziemniakami (na wywarze warzywnym) 300g Ryż z jabłkami i cynamonem 200 g 665 kcal A-1,3,5	Gruszka 80 kcal	1185 kcal
Czwartek 08.10	Kakao 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Parówka z szynki 15g,Ogórek, jajko na twardo w plasterkach ,Pomidor/ogórek korniszony Papryka świeża na sałacie 15g, oliwki , ketchup Chipsy jabłkowe 435 kcal A-1,2,3,4,5	Zupa Krem z białych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi (na wywarze warzywnym) 300g Bitki wieprzowe w sosie 60 g Kasza jęczmienna 120 g Surówka z pekinki 50 g 650 kcal A-1 ,3,5	Budyń 120 kcal A-1,3	1205 kcal
Piątek 09.10	Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Ser żółty / Pasztet delikatesowy 15g, Pomidor , ogórek korniszon ,Papryka świeża rzodkiewka na sałacie 15g Salatka ryżowa 10g 430 kcal A-1,2, 3,5	Zupa Krupnik 300g Paluszki rybne 60g Ziemniaczki puree 120 g Marchewka z groszkiem 50 g 665 kcal A-1,2,3,5,6	Jabłko , 90 kcal	1185 kcal

***** WODA DOSTĘPNA JEST CAŁY CZAS W SALACH**

(A) ALERGENY : Mleko (1), Jaja(2), Gluten (3), Gorczyca (4) , Seler(5) , Ryba (6) ,Orzechy. Sezam (7)

Menu zatwierdzone przez Dietetykę mgr Katarzynę Homme

Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 12.10	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa / Ser żółty 15g , ogórek kiszony , Rzodkiewka /Papryka świeża na sałacie 15g Dżem truskawkowy nisko słodzony 5g 430 kcal <i>A-1,3,4,5</i>	Zupa Rosół z makaronem i marchewką i natką pietruszki 300g, Indyk w sosie z warzywami 60g Ryż 120g, 665 kcal <i>A-1,2,3,5</i>	Jabłko , 90 kcal	1185 kcal
Wtorek 13.10	Zupa mleczna 250g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka z beczki 15g, , jajko na twardo w plasterkach ogórek świeży , Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, Chipsy jabłkowe Twarożek waniliowy 5g 435 kcal <i>A-1,2, 3,4,5</i>	Zupa Ogórkowa z ziemniakami 300g, Jajko w sosie koperkowym 60 g Ziemniaki puree 120 g Surówka z marchewki i jabłka 50 g 665 kcal <i>A-1,2,3,4,5</i>	Kasza manna z musem truskawkowym 90 kcal <i>A-1</i>	1100 kcal
Środa 14.10	Kakao , Herbata owocowa , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g,Szynka drobiowa / ser 15g, /Ogórek świeży , korniszony , papryka świeża ,rzodkiewka na sałacie 15g Miód 3g 435 kcal <i>A-1,3,4,5</i>	Zupa Jarzynowa z ciecierzycą (na wywarze warzywnym) 300g Bigos ze świeżej kapusty 60 g Kopytka domowe 120 g 670 kcal <i>A-1,3,5</i>	Gruszka 80 kcal	1185 kcal
Czwartek 15.10	Kawa Inka 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Ser żółty 15g, Ogórek kiszony ,pomidor 15g, rzodkiewka na sałacie 15g, Jajko na twardo w plasterkach, Chipsy jabłkowe Dżem truskawkowy nisko słodzony 5g 435 kcal <i>A-1,2 ,3,</i>	Zupa Kalafiorowa z ziemniakami (na wywarze warzywnym)300g, Gulasz wieprzowy 60g Kasza jęczmienna 120 Surówka : buraczki 50 g 665 kcal <i>A-1,3,5,6</i>	Kisiel owocowy 110 kcal <i>A-3</i>	1210 kcal
Piątek 16.10	Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet delikatesowy / Ser żółty , Pomidor Ogórek świeży/ rzodkiewka na sałacie 15 g Salatka makaronowa 10g 440 kcal <i>A-1,2,3</i>	Zupa z pora z kaszą kus-kus 300g, Tilapia smażona 60 g Ziemniaki puree 120 g Surówka z kapusty kiszonej 50 g 655 kcal <i>A-1,3,5,6</i>	Banan 120 kcal	1215 Kcal

*** WODA DOSTĘPNA JEST CAŁY CZAS W SALACH

(A) ALERGENY : Mleko (1), Jaja(2), Gluten (3), Gorczyca (4) , Seler(5) , Ryba (6) ,Orzechy. Sezam (7)

Menu zatwierdzone przez Dietetykę mgr Katarzynę Homme

Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 19.10	Mleko 200g, Herbata owocowa . Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Szynka drobiowa /Ser żółty 15g, Ogórek kiszony ,Ogórek świeży Papryka , rzodkiewka na sałacie 15g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 5g 435 kcal <i>A-1,3,4,5</i>	Zupa Pomidorowa z ryżem i marchewką 300g, Spaghetti bolognese z tartą marchewką 200 g 670 kcal <i>A-1,2,3,5</i>	Jogurt owocowy 90 kcal <i>A-1</i>	1195 kcal
Wtorek 20.10	Zupa mleczna 250 g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g, ogórek kiszony , papryka Rzodkiewka na sałacie 15g Chipsy jabłkowe , Jajko na twardo w plasterkach Twarożek waniliowy 5g 425 kcal <i>A-1,2, 3,4,5</i>	Zupa Kapuśniaczek z ziemniakami 300g, Bitki wieprzowe w sosie 60 g Kasza jęczmienna 120 g Surówka colesław 50 g 670 kcal <i>A-3,5</i>	Banan 120 kcal <i>A-1,3</i>	1215 kcal
Środa 21.10	Kakao , Herbata z cytrynką , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa/ ser 15g,ogórek kiszony i świeży , Rzodkiewka/Papryka świeża na sałacie 15g, <i>Miód</i> 3g 445 kcal <i>A-1, 3, 4,5</i>	Zupa Fasolowa z ziemniakami (na wywarze warzywnym) 300g Ryż z jabłkami i cynamonem 200 g 665 kcal <i>A-1,3, 5</i>	Gruszka 80 kcal	1190 kcal
Czwartek 22.10	Kawa Inka 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Parówka z szynki 15g,Ogórek, jajko na twardo w plasterkach ,Pomidor/ogórek korniszony Papryka świeża na sałacie 15g, oliwki , ketchup Chipsy jabłkowe 435 kcal <i>A-1,3,4,5</i>	Zupa Żurek z ziemniakami 300 g Naleśniki z twarożkiem waniliowym i dżemem truskawkowy nisko słodzone 200 g 650 kcal <i>A-1,2 ,3,5</i>	Budyń 120 kcal <i>A-1, 3</i>	1205 kcal
Piątek 23.10	Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Ser żółty /pasztet delikatesowy 15g, Pomidor , ogórek korniszony , papryki na sałacie , rzodkiewka 15g Salatka jarzynowa 10 g 430 kcal <i>A-1,2,3,5,</i>	Zupa Krupnik z ziemniakami (na wywarze warzywnym)300g Paluszki rybne 60g Ziemniaczki puree 120 g Marchewka z groszkiem 50 g 665 kcal <i>A-1,2,3,5,6</i>	Jabłko 90 kcal	1185 kcal

*** WODA DOSTĘPNA JEST CAŁY CZAS W SALACH

(A) ALERGENY : Mleko (1), Jaja(2), Gluten (3), Gorczyca (4) , Seler(5) , Ryba (6) ,Orzechy. Sezam (7)

Menu zatwierdzone przez Dietetykę mgr Katarzynę Homme

Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 26.10	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa / Ser żółty 15g , ogórek kiszony , Rzodkiewka /Papryka świeża na sałacie 15g Dżem truskawkowy nisko słodzony 5g 430 kcal <i>A-1,3,4,5</i>	Zupa Rosół z makaronem i marchewką i natką pietruszki 300g, Potrawka z kurczaka z warzywami (marchewka /groszek zielony , fasolka szparagowa) 60g Ryż 120g, 665 kcal <i>A-1,2,3,5</i>	Jogurt owocowy 90 kcal <i>A-1</i>	1185 kcal
Wtorek 27.10	Zupa mleczna 250g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka z beczki 15g, , ogórek świeży , Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, Jajko na twardo w plasterkach, Chipsy jabłkowe Twarożek waniliowy 5g 425 kcal <i>A-1,2, 3,4,5</i>	Zupa Barszcz biały z ziemniakami 300g, Pierogi leniwe okraszone masłem z bułką tartą 200 g 675 kcal <i>A-1,2,3,4,5</i>	Jabłko 90 kcal	1190 kcal
Środa 28.10	Kakao , Herbata owocowa , Pieczywo 50g, masło 10g, Szynka drobiowa /ser 15g, /Ogórek świeży , korniszony , papryka świeża ,rzodkiewka na sałacie 15g Miód 3 g 435 kcal <i>A-1,3,4,5</i>	Zupa Grochówka z ziemniakami (na wywarze warzywnym) 300 g Makaron kokardki z musem truskawkowym 200g 670 kcal <i>A-1,2,3,5</i>	Gruszka 80 kcal	1185 kcal
Czwartek 29.10	Kawa Inka 200 g, Herbata, Pieczywo pszenne 50g, masło 10g, Ser żółty 15g, jajko na twardo w plasterkach ,Ogórek kiszony ,pomidor 15g, rzodkiewka na sałacie 15g, Chipsy jabłkowe Dżem truskawkowy nisko słodzony 5g 425 kcal <i>A-1,2 ,3,7</i>	Zupa Jarzynowa 300g, Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 60 g Ziemniaczki puree 120 g Surówka : buraczki 50 g 660 kcal <i>A-1,3,5,6</i>	Kisiel owocowy 110 kcal <i>A-1,3</i>	1195 kcal
Piątek 30.10	Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet delikatesowy / Ser żółty , Pomidor Ogórek świeży/ rzodkiewka na sałacie 15 g Salatka makaronowa 10g 430 kcal <i>A-1,2,3</i>	Zupa Ogórkowa (na wywarze warzywnym)300g Tilapia smażona 60 g Ziemniaki puree 120 g Surówka z kapusty kiszonej 50 g 655 kcal <i>A-1,2,3,5</i>	Banan , 120 kcal	1205 Kcal

***** WODA DOSTĘPNA JEST CAŁY CZAS W SALACH**

(A) ALERGENY : Mleko (1), Jaja(2), Gluten (3), Gorczyca (4) , Seler(5) , Ryba (6) ,Orzechy. Sezam (7)

Menu zatwierdzone przez Dietetykę mgr Katarzynę Homme

Menu może ulec zmianie z przyczyn losowych

