

## Menu III 15-19.04.2019

### Poniedziałek

Śniadanie: Płatki jęczmienne (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twaróg na słodko (20g), dżem (15g), herbata (200ml)

Obiad: Krem z zielonego groszku z grzankami (250ml), pierś z indyka w sosie jogurtowym z curry (80g), makaron (100g), warzywa gotowane na parze (80g), herbata ziołowo-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Chleb (60g), masło (10g), szynka, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

### Wtorek

Śniadanie: Kakao (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), szynka drobiowa (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Rosół z makaronem i natką (250ml), kotlecik z kalafiora (80g), mix kasz (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Ciasto marchewkowe (60g), kisiel (120g), kompot (200ml)

### Środa

Śniadanie: Kasza jaglana z owocami (30g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztecik mięsny (20g), polędwica sopočka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Żurek z kielbaską (250ml), kotlet mielony (80g), ziemniaki (100g), buraczki (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Galaretki (120g), ciasto biszkoptowe (50g), owoce (100g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

## Czwartek

Śniadanie: Musli (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta warzywna (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem (250ml), leniwe (160g), surówka z marchewki (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Grahamka (60g), masło (10g), ser żółty, warzywa (40g), kompot (200ml)

## Piątek

Śniadanie: Kawa zbożowa (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twaróg z rzodkiewką i ogórkiem (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Ogórkowa (250ml), pulpeciki rybne w sosie koperkowym (80g), ryż (100g), surówka coleslaw (80g), herbatka zielono-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Pudding czekoladowy z owocami (120g), chrupki kukurydziane/waflę ryżowe (10g), jabłko (100g), herbatka zielono-owocowa (200ml)