

Menu V 03-07.06.2019

Poniedziałek

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

Obiad: Krem z białych z grzankami (250ml), klopsik (80g), kasza pęczak (100g), warzywa gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Chleb (50g), masło (10g), polędwica sopocka, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Wtorek

Śniadanie: Kasza manna z rodzynkami (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), pasta warzywna (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa koperkowa z ryżem (250ml), makaron w sosie śmietanowo - ziołowym z kurczakiem (160g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Galaretko owocowa (150g) ciasto czekoladowe (50g), kompot (200ml)

Środa

Śniadanie: Płatki wielozbożowe (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), szynka (20g), pasta z makreli i ogórka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Pomidorowa z makaronem (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), mizeria (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Czwartek

Śniadanie: Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Żurek (250ml), gulasz wieprzowy (80g), kasza gryczana (100g), surówka z marchewki (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Piątek

Śniadanie: Kawa zbożowa (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twarożek na słodko (20g), miód/powidła (15g), herbata (200ml)

Obiad: Barszcz czerwony z botwinką (250ml), ryba gotowana na parze z emulsją cytrynową (80g), ziemniaki (100g), surówka z młodej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Podwieczorek: Bulka (50g), masło (10g), ser żółty (20g), warzywa (20g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)