|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| Poniedziałek | Zupa mleczna z zacierką, Herbata  z cytryną, kanapka z chleba graham z masłem i ogórkiem (1,3,7,8,10) 305 kcal | Krem pieczarkowym na bulionie mięsno – warzywnym z groszkiem ptysiowym (1,3,7,9)   filet z kurczaka panierowany z ziemniakami  i surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, kompot wiśniowy (1,3,7,) 707 kcal | Sałatka warzywna z Kus Kusem, weka z masełkiem, banan, mleko (1,3,7) 418 kcal |
| Wtorek | Kanapka z chleba graham z pastą jajeczną ze szczypiorkiem, kawa zbożowa (1,3,7,10)315 kcal | Zupa nylonowa na bulione mięsno warzywnym  z warzywami (1,3,7,9) 310ckal  Pierogi z mięsem drobiowo – wieprzowym, surówka z marchewki i pora (1,3,7,9), kompot owocowy - 741 kcal | Ryż z jabłkiem i cynamonem, kawa z mlekiem (1,3,7,10)  336 kcal |
| Środa | Bułeczki pszenno - żytnie  z twarożkiem i pomidorem, jabłko, herbata z sokiem malinowym (1,3,7,9) 362 kcal | Żurek z jajkiem i ziemniakami (1,3,7,9) 345 kcal  pulpety w sosie koperkowym z kaszą jęczmienną z buraczkami z chrzanem(1,3,7,9), kompot owocowy 865 kcal | Jogurt owocowy Bacoma Bio, chrupki kukurydziane,  herbata z sokiem malinowym(1,3,7) 162 kcal |
| Czwartek | Kanapka z chleba kukurydzianego z szynką i papryką, kakao(1,3,7) 368 kcal | Kapuśniak na bulionie mięsno warzywnym  z ziemniakami (1,3,7,9)   Makaron pełnoziarnisty z kurczakiem  i warzywami z surówką z selera(1,3,7,9), kompot wiśniowy 681 kcal | Kluski na parze w sosie śmietanowym, mleko, marchewka do schrupania(1,3,7)  382 kcal |
| Piątek | Kanapka z chleba pełnoziarnistego z pastą rybną, kawa z mlekiem (1,3,4,7,10)  315 kcal | Zupa ziemniaczana na bulionie drobiowo - warzywnym (1,3,7,9)   Naleśniki z serem i koktajlem owocowym (1,3,7,9), kompot owocowy  893 kcal | Kanapka z chleba ziarnistego  z pomidorem, ogórkiem  i szczypiorkiem, kakao (1,3,7,10) 258 kcal |