

30.10-5.11.2023

<p>I - 30.10 S- Makaron na mleku 400, Chleb razowy 50, bułka grahamka 70, Masło 15, pasta z twarogu i makreli 60, kiełbasa krakowska 30, sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80, Kawa z ml 250 O- Ogórkowa 400, Kotlet pożarski 100, Surówka z warzyw mieszanych 150, Kasza jęczmienna 150, Sos pomidorowy 100, Kompot z owoców mieszanych 250, kisiel z truskawkami 200 K-Chleb razowy100, Masło 15, Polędwica sopocka 30, ser żółty 30, Sałatka wiosenna 80, dżem 1szt., Herbata z/c 250</p>	<p>Diety lekkostrawne S- Jak obok II śniad- tylko 6 - kisiel z truskawkami bez cukru 200 O- Koperkowa z ziemniakami śm 400, Kotlecik z indyka 100, Kasza jęczmienna 150, Sos pomidorowy 100, Sałatka z selera i jabłka 150, Kompot z owoców mieszanych 250, kisiel z truskawkami 200 (bez 6) P- tylko 6- zapiekanka brokułowa z masłem 200 K- Jak obok (6 zamiast dżemu, dodatkowe 30g wędliny)(3 zamiast sera dodatkowe 30g wędliny)</p>
<p>II - 31.10 S- Kasza manna na mleku 400, Chleb razowy 50, bułka grahamka 70, Masło 15, Szynka z piersi kurczaka 30, ser twarogowy z ziołami Deliser 30, Jabłko 1szt., kawa z ml 250 O- Selerowa z makaronem 400, Udko pieczone w sosie z pieczarkami 130/50, Surówka z marchwi i pora 150, Ryż brązowy 150, Sos jarzynowy 100, Kompot z truskawek 250, Bułka drożdżowa z dżemem 1 szt. K- Chleb razowy 100, Masło 15, Jajko got 1 szt., szynkóweczka 30, sałatka z rukoli i pomidora z ziołami 100, herbata z/c 250</p>	<p>S- Jak obok (3 zamiast sera, miód 1szt 25g) II śniad- tylko 6 - sok pomidorowy 0,33l 1szt O- Selerowa z makaronem 400, Udko duszone 130, Marchew oprószana 150, Ryż brązowy 150, Sos jarzynowy 100, Kompot z truskawek 250, Bułka drożdżowa z dżemem 1 szt. (bez 6) P- tylko 6- bułka z makiem 1szt K- Jak obok (3 zamiast jajka - pasta z białka 50)</p>
<p>III -1.11 S- Płatki jaglane ml 400, Chleb razowy 50, bułka grahamka 70, Masło 15, Krakowska 30, papryka zielona słupki 50, pomidor 50, serek Hochland twarogowy 30 1szt., kawa z ml 250 O- Kalafiorowa 400, Bitka wp got 100, Sos pomidorowy 100, Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150, Kompot z jabłka z miętą 250, jogurt owocowy 100 1szt., Kasza jęczmienna 150 K- Chleb razowy 100, Masło 15, Ser żółty 30, baleron dr. 30, Sałatka grecka 100, herbata z/c 250</p>	<p>S- Jak obok (3 zamiast serka, dodatkowo wędlina 30g) II śniad- tylko 6 - Śliwka 100g O- Kalafiorowa 400, Bitka wp got 100, Sos pomidorowy 100, Sałatka z buraczków z natką pietruszki 150, Kompot z jabłka z miętą 250, jogurt owocowy 100 1szt., (bez 6) Kasza jęczmienna 150 P- tylko 6- Pieczywo razowe wasa 30g, mus z jabłka 50g K- Jak obok (3 zamiast sera - mus z jabłka 30)</p>

30.10-5.11.2023

<p>IV - 2.11 S- Płatki jęczmienne na ml 400, Chleb razowy 50, bułka grahamka 70, Masło 15, Sopocka 30, krem orzechowy 30 1szt., serek topiony Hochland trójkąt 16 , gruszka 1szt. ,kawa z ml 250 O- Pomidorowa z ryżem z/śm 400, Wątroba drobiowa duszona w sosie z jabłkiem i cebulą 100/50, Surówka z kapusty czerwonej 150, Ziemniaki 150, Kompot z owoców mieszanych 250, jogurt nat. 100 1 szt+ granola 20 K- Chleb 100, Masło 15, Szynka z piersi kurczaka 30, Sałatka wiosenna 80, pasta z czerwonej soczewicy 60, herbata z/c 250</p>	<p>S- Jak obok (6 zamiast kremu, dodatkowo wędlina 30g) (3 zamiast kremu i serka, pasta z białka 50 oraz dodatkowo wędlina 30g) II śniad- tylko 6 - jogurt nat. 100 1 szt+ granola 20 O- Pomidorowa z ryżem z/śm 400, Klopsik wieprzowy gotowany 90, Surówka z kapusty czerwonej 150, Ziemniaki 150, Sos koperkowy 100, Kompot z owoców mieszanych 250, jogurt nat. 100 1 szt+ granola 20 (bez 6) P- tylko 6- kisiel z owocami leśnymi bez cukru 200 K- Jak obok</p>
<p>V - 3.11 S- Ryż na ml 400, Chleb razowy 50, bułka grahamka 70, Masło 15, twaróg z jogurtem 60, dżem 1szt, rzodkiewka plastry 30, pomidor 50, kawa z ml 250 O- Krupnik jęczmienny z/śm 400, Śledź w śmietanie 80/150, Ziemniaki 150, Kompot z jabłek z miętą250, Kiwi 1szt K- Chleb 100, Masło 15, Pasztet 50, ćwikła z chrzanem 60, pomidorki koktajlowe 30, ser twarogowy Deliser 30, herbata z/c 250</p>	<p>S- Jak obok (6 zamiast dżemu, mus z jabłka 30g) II śniad- tylko 6 - budyń bez cukru z musem truskawkowym 150g,20g O- Krupnik jęczmienny z/śm 400, Kotlecik z mintaja z pieca 100, Cukinia duszona z koncentratem 150g, Ziemniaki 150, Kompot z jabłek z miętą250, Kiwi 1szt P- tylko 6- Kefir 200g 1szt K- Jak obok (3 zamiast pasztetu i sera, wędlina drobiowa 60g)</p>
<p>VI - 4.11 S- Makaron na ml 400, Chleb razowy 100, Masło 15, Krakowska 30, Sałatka z ogórka kiszzonego 80, pasta z jajka ze szczypiorkiem 60, kawa z ml 250 O - Jarzynowa 400, Pieczeń rzymska 90, Sos pomidorowy 100, Sałatka z buraczków z cebulą 150, Kasza jęczmienna 150, Kompot z truskawek 250, mandarynka 1szt K- Chleb razowy 100, Masło 15, sopocka 30 , ser żółty 30, sałatka Coleslaw z jogurtem 100, herbata z/c 250</p>	<p>S- Jak obok (3 zamiast pasty z jajka, pasta z białka z koperkiem 60g) II śniad- tylko 6 - mandarynka 1szt O- Ziemniaczanka z natką 400, Pieczeń rzymska 90, Sos pomidorowy 100, Sałatka z buraczków z jabłkiem 150, Kasza jęczmienna 150, Kompot z truskawek 250, mandarynka 1szt (bez 6) P- tylko 6- Surówka z marchwi z olejem 110g K- Jak obok (3 zamiast sera, pasta z udka 60g)</p>
<p>VII - 5.11 S- Płatki jęczmienne na ml 400, Chleb razowy 100, Masło 15, Szynka z piersi kurczaka 30, miód naturalny 25 1szt., serek wiejski 60, papryka żółta słupki 50, kawa z ml 250 O- Lane na wywarze 400, Filet drobiowy zapiekany z pieczarkami 100/30, Ziemniaki 150, Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150, Kompot z owoców mieszanych 250, jogurt owocowy 100 1szt. K- Chleb 100, Masło 15, ryba po grecku 100, ogórek świeży plastry 50, serek Hochland twarogowy 30 1szt., herbata z/c 250</p>	<p>S- Jak obok (6 zamiast miodu, szynka z piersi kurczaka 60g) II śniad- tylko 6 - Pieczywo razowe Wasa 30g, Pomidor 30g O- Lane na wywarze 400, Filet drobiowy gotowany 100, Ziemniaki 150, bukiet warzyw gotowanych 150, Sos jarzynowy 100g, Kompot z owoców mieszanych 250, jogurt owocowy 100 1szt. (bez 6) P- tylko 6- Sok pomidorowy 0,33l (1szt) K- Jak obok (3 zamiast serka, polędwica drobiowa 30g)</p>

30.10-5.11.2023