

13.11-19.11.2023

<p>pn2 13.11  S- Płatki jaglane na mleku 400, Szynka z piersi kurczaka 30, Masło 15, Chleb graham 50, bułka grahamka 70, serek Haga 1szt, ogórek świeży 50, papryka zielona słupki 50, Kawa z mlekiem 250  O- Zupa pieczarkowa z/śm 400, Strogonow 200, Kasza jęczmienna 150, Sałatka z ogórka kiszzonego 70, Kompot z owoców mieszanych 250, jogurt owocowy 100g (1szt.)  K- żywiecka 30, chleb graham 100, galaretką drobiowa z warzywami 60, , Masło 15, dżem 1szt. Rukola 30, Herbata 250</p>	<p>Diety lekkostrawne  S- Jak obok  II śniad- tylko 6 - pieczywo Wasa 30g, Jogurt naturalny 100g  O- Koperkowa z ziemniakami śm 400, Strogonow 200, Kasza jęczmienna 150, Sałatka z ogórka kiszzonego 70, Kompot z owoców mieszanych 250, jogurt owocowy 100g (bez 6)  P- tylko 6- kisiel z owocami leśnymi bez cukru  K- Jak obok (6 zamiast dżemu, dodatkowe 30g wędliny)</p>
<p>wt2 14.11  S- manna na ml 300, Pasta twarogowo-ziółowa 60 Pomidor 50, miód 25g (1szt), szczypior 10, Masło 15, Chleb graham 50, bułka grahamka 70, Kawa z mlekiem 250  O- Lane kluski na wywarze 400, Udko pieczone 130, Ryż brązowy 150, Surówka z marchwi i pora 150, Kisiel płynny 250, drożdżówka z dżemem 1szt.  K- Krakowska 30, Masło 15, sałatka śledziowa z burakiem 100, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80, Chleb graham 100, Herbata 250</p>	<p>Diety lekkostrawne  S- Jak obok (6 zamiast miodu, szynkóweczka 30g)  II śniad- tylko 6 - pieczywo Wasa 30g, Jogurt naturalny 100g  O- Lane kluski na wywarze 400, Udko gotowane 130, Ryż brązowy 150, Marchew oprószana 150, Kisiel płynny 250, drożdżówka z dżemem 1szt. (bez 6)  P- tylko 6- Śliwka 150  K- Jak obok</p>
<p>sr2 15.11  S- Ryż na ml 300, Sopočka 30, serek Hochland twarogowy 30 (1szt) masło 15, Sałatka wiosenna 80, Masło 15, Chleb graham 50, bułka grahamka 70, Kawa z mlekiem 250  O- Solferino 400, Sos śmietanowo-brokułowy z piersią kurczaka 150, Makaron razowy 200, Kompot z jabłek z miętą 250, granola 20+ jogurt naturalny 100 1szt.  K- Masło 15, Chleb graham 100, Ser żółty 30, dżem 1szt., papryka żółta słupki, ogórek świeży 30, Herbata 250</p>	<p>Diety lekkostrawne  S- Jak obok (3 zamiast serka, dodatkowo polędwica sopočka 30g)  II śniad- tylko 6 - sok pomidorowy 0,33l 1szt  O- Grysikowa 400, Sos śmietanowo-brokułowy z piersią kurczaka 150, Makaron razowy 200, Marchew oprószana 150, Kompot z jabłek z miętą 250, granola 30+ jogurt naturalny 100 1szt. (bez 6)  P- tylko 6- granola 20+ jogurt naturalny 100 1szt.  K- Jak obok (6 zamiast dżemu, szynka z kurczaka 30) (3 zamiast sera, szynka z kurczaka 30)</p>
<p>czw2 16.11  S- Makaron na ml 300, Szynkóweczka 60, ser kanapkowy Deliser 30 Masło 15, sałatka z rukoli i pomidora 100, Chleb graham 50, bułka grahamka 70, Kawa z mlekiem 250,  O- Grochowa 400, Kotlet mielony smażony 100, Sos 100, Ziemniaki 150, Surówka wiosenna 150, Kompot truskawkowy 250, kiwi 1szt.  K- pasta z jajek ze szczypiorkiem 60, Baleron drobiowy 30, Masło 15, Chleb</p>	<p>Diety lekkostrawne  S- Jak obok (3 zamiast sera, dodatkowo szynkóweczka 30g)  II śniad- tylko 6 - koktajl truskawkowy b/c 200  O- Koperkowa z ryżem 400, Kotlecik mielony z pieca 100, Sos 100, Ziemniaki 150, Bukiet warzyw gotowanych 150, Kompot truskawkowy 250, kiwi 1szt.  P- tylko 6- Kisiel z wiśniami b/c 200</p>

13.11-19.11.2023

<p>100, Herbata 250, ogórek świeży plastry 50, rzodkiewka plastry 30</p>	<p>K- Jak obok (3 - pasta z białka 60)</p>
<p>pt2 17.11 S – Płatki owsiane na ml 300, Pasta twarogowa z tuńczykiem 60, pomidorki koktajlowe 30, mix sałat 30, Chleb graham 50, bułka grahamka 70, Dżem 30, Masło 15, Kawa z mlekiem 250 O- Krupnik jęczmienny z/śm 400, Filet z dorsza panierowany smażony 100, Ziemniaki 150, surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150, Kisiel płynny 250, drożdżówka z owocami 1szt. K- Paszтет 50, Ćwikła z chrzanem 50, ogórek kiszony 50, Masło 15, ser żółty 30, Chleb 100, Herbata 250</p>	<p>Diety lekkostrawne S- Jak obok (6 zamiast dżemu , kielbasa krakowska 30g II śniad- (tylko 6 - Kefir 200g 1szt) O- Krupnik jęczmienny z/śm 400, Filet z dorsza panierowany z pieca 100, Ziemniaki 150, Kalafior gotowany z koperkiem 150, Kisiel płynny 250, drożdżówka z owocami 1szt. (bez 6) P- tylko 6- zapiekanka brokułowa z masłem 150 K- Jak obok (3 zamiast pasztetu i sera, szynka gotowana 60)</p>
<p>sb2 18.11 S- Makaron na ml 300, Sopocka 30, papryka 30, rukola 30, Masło 15, Chleb graham 50, bułka grahamka 70, Kawa z mlekiem 250, serek wiejski 200 O- Barszcz biały z/śm 400, zraz z szynki 100, Sos pieczeniowy 100 Sałatka z buraczków i jabłka 150 Kasza jęczmienna 150, Kompot z truskawek 250 mandarynka 1 szt. K- pasta z ciecierzycy 60, szynka gotowana 30, Chleb graham 100, Masło 15, sałatka z białej rzodkwi 80, Herbata 250</p>	<p>Diety lekkostrawne S- Jak obok II śniad- (tylko 6 - mandarynka 1szt) O- Barszcz biały z/śm 400, zraz z szynki 100, Sos pieczeniowy 100 Sałatka z buraczków i jabłka 150 Kasza jęczmienna 150, Kompot z truskawek 250 mandarynka 1 szt.(bez 6) P- (tylko 6- Kefir 200g 1szt) K- Jak obok</p>
<p>nd2 19.11 S- Manna na ml 300, Szynkóweczka 60, Masło 15, Chleb graham 50, bułka grahamka 70, Sałatka grecka 100, krem orzechowy 30 1szt, Kawa z mlekiem 250 O- Pomidorowa z makaronem z/śm 400, Filet drobiowy smażony 100, Ziemniaki 150, Surówka z kapusty czerwonej 150, Kompot z owoców mieszanych 250, budyń 150+ mus z owoców leśnych 50 K- szynka got. 30, pasta drobiowo-warzywna 60, Masło 15, Chleb graham 100, ogórek świeży plastry 80, Herbata 250</p>	<p>Diety lekkostrawne S- Jak obok (3, 6 bez kremu) II śniad- (tylko 6 - jogurt naturalny 100g) O- Pomidorowa z makaronem z/śm 400, Filet drobiowy gotowany 100, Ziemniaki 150, Sałatka z marchwi i jabłka 150, Kompot z owoców mieszanych 250, budyń 150+ mus z owoców leśnych 20 (bez 6) P- (tylko 6- budyń bez cukru 150+ mus z owoców leśnych 20) K- Jak obok (3 zamiast serka, dodatkowo szynka gotowana 30g)</p>