

<p>V -15.11  S- Makaron na ml 400, Chleb mieszany 50, bułka grahamka 70, Masło 15, twaróg z jogurtem 60, Szynka z piersi indyka 30, rzodkiewka plastry 30, pomidor 50, kawa z ml 250  O- Krupnik jęczmienny z/śm 400, Kotlet z ryby smażony 90, surówka z kiszonej kapusty 150g, Ziemniaki 150, Kompot truskawkowy 250, Pomarańcza 150  K- Chleb 100, Masło 15, Pasztet drobiowy 60, Ser deliser 20g sałatka z buraczków plastry z rukola 50, pomidorki koktajlowe 30, herbata z/c 250 jogurt naturalny 100g</p>	<p>S- Jak obok, Mus z jabłka bez cukru 80  II śniad- tylko 6 - Koktajl z owoców mieszanych 200  O- Krupnik jęczmienny b/śm 400, dorsz z pieca 90, Cukinia duszona z koncentratem 150g, Ziemniaki 150, Kompot truskawkowy b/c 250, 4 Koktajl z owoców mieszanych 200  P- tylko 6- warzywa duszone al dente z dodatkiem oliwy 150  K- Jak obok Ser deliser 20, Baleron drobiowy 60, sałatka z buraczków plastry 80  Jogurt naturalny 150g</p>
<p>VI - 16.11  S- Płatki owsiane na ml 400, Chleb mieszany 100, Masło 15, Krakowska 30, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80, Jajko gotowane 50, kawa z ml 250  O – Lane na wywarze 400, Udko pieczone z pieca 150, Ziemniaki 150, Sos koperkowy biały 100, Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150, Kompot z jabłka z miętą 250, Kiwi 150  K- Chleb mieszany 100, Masło 15, Polędwica sopocka 60, Miód 25, sałatka grecka 100, herbata z/c 250  Jogurt naturalny 100</p>	<p>S- Jak obok, szynka z piersi kurczaka 60, dżem 25, sałatka z selera i jabłka 80  II śniad- tylko 6 - Jogurt naturalny 1szt  O- Lane na wywarze 400, Udko duszone z pieca 150, Ziemniaki 150, Sos koperkowy biały 100, Jarzynka gotowana warzywa w plastry z dodatkiem natki pietruszki 150, Kompot z jabłka z miętą 250  P- tylko 6- Fasolka szparagowa z masłem 120  K- Jak obok, 6 Serek Hochland twarogowy 30, Pomidor bez skóry 80  Jogurt naturalny</p>
<p>Ndz - 17.11  S- Manna na ml 400, Chleb mieszany 100, Masło 15, Ser żółty 60, Baleron drobiowy 30, Sałatka z ogórka świeżego i rzodkiewki 80 kawa z ml 250  O- Barszcz czerwony z/śm 400, Filet drobiowy gotowany 90, Sos koperkowy 100, Makaron razowy 200, Szpinak duszony 150, Kompot z owoców mieszanych 250, Gruszka 150  K- Chleb 100, Masło 15, Szynkóweczka 60, serek tartare 20 sałatka z pomidora i cebuli 80, herbata z/c 250  Jogurt naturalny 100</p>	<p>S- Jak obok, diety Baleron 60, Ser deliser 20, Jabłko gotowane 150  II śniad- tylko 6 – Kefir 200  O- Barszcz czerwony b/śm 400, Filet drobiowy gotowany 90, Sos koperkowy 100, Makaron pszenny 200, Szpinak duszony 150, Kompot z owoców mieszanych 250, jogurt owocowy 100 1szt. (bez 6)  P- tylko 6- Sok pomidorowy 0,33l (1szt)  K- Jak obok, Sałatka z cukinii 80</p>
<p>Pn1 18.11  S- Makaron na mleku 300, baleron drobiowy 60, Serek topiony 25, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100, Bułka grahamka 70, Chleb razowy 30, Masło 15 (1szt), Kawa z mlekiem 250  O- Barszcz biały z/śm 400, Kotlecik z kapusty, ryżu i mięsa z pieca 90, Sos pomidorowy 100, Ziemniaki 150, Kompot z jabłka z miętą 250 surówka z ogórka kiszzonego z koperkiem 150, Jabłko 150  K- Krakowska 60, dżem 25, ogórek świeży z koperkiem i olejem 100, chleb razowy 100, Masło 15 (1szt), Herbata 250</p>	<p>Diety lekkostrawne 2,3 chleb balton. 4 chleb pszenny  S- Jak obok sałatka z marchwi i jabłka 80  II śniad- tylko 6 - Brokuł gotowany ze słonecznikiem 200g,  O- Barszcz biały b/śm 400, Kotlecik ryżowy z warzywami bez kapusty 90, Sos pomidorowy 100, Ziemniaki 150, Kompot z jabłka z miętą 250, Sałatka z selera i jabłka 150, Jogurt owocowy 100g  P- tylko 6- Kisiel z owocami b/c 200  K- Jak obok Mus z jabłka bez cukru 30, 6 zamiast dżemu, Haga 1szt, pomidor b skóry 60 g</p>

<p style="text-align: center;">Wt1 19.11</p> <p>S- Płatki jęczmienny na mleku 300, pasta z twarogu i makreli, polędwica sopocka 30, bułka grahamka 70, chleb razowy 30, Masło15 (1szt), surówka z kalarepki z jogurtem i natka pietruszki 50, pomidorki koktajlowe 30, Kawa z mlekiem 250  O- Ogórkowa 400, Bitka wieprzowa gotowana 90, Sos pieczeniowy100, Brokuł gotowany 150, Kasza jęczmienna 140,Kompot z owoców mieszanych 250, Koktajl truskawkowy z/c 200  K- Szynka z piersi kurczaka 60, ser tostowy 30, Mix sałat 30, Papryka 50, pomidor 30 g chleb razowy 100, Masło 15 (1szt), Herbata 250</p>	<p style="text-align: center;">Diety lekkostrawne</p> <p>S- Jak obok, Pomidor bez skóry 80  II śniad- tylko 6 - Surówka z buraka z rukolą i serem feta 100g  O- Zupa krem z dyni 400, Bitka wieprzowa gotowana 90,Sos jarzynowy 100, Brokuł gotowany 150, kasz jaglana 140 Kompot z owoców mieszanych 250, Koktajl truskawkowy 200  P- tylko 6- Jogurt naturalny 100,  K- Jak obok (2,3,4 bez sera, szynka 60, Serek Hochland twarogowy 30) sałatka z buraczków 80</p>
<p style="text-align: center;">Śr1 20.11</p> <p>S- Manna na mleku 300, Szynkóweczka 60, miód 25, Ogórek świeży 50, rzodkiewka plastry 30, bułka grahamka 70,chleb razowy 30, Masło15 (1szt), Kawa z mlekiem 250  O- Grochowa 400, Filet drobiowy smażony 100, Ziemniaki 150, Surówka z marchwi i chrzanu 150, Kompot z czarnej porzeczki 250, Pomarańcza 150  K- Pasta z soczewicy i warzyw 60, Serek topiony 25, Pomidor 80, chleb razowy 100, Masło15</p>	<p style="text-align: center;">Diety lekkostrawne</p> <p>S- Jak obok Sałatka z selera i jabłka 80 6 serek tartare 20  II śniad- tylko 6 - Sok wielowarzywny 0,33 (1szt)  O- Zacierka na wywarze 400, Filet drobiowy gotowany 90, Ziemniaki 150, Sos jarzynowy 100, sałatka z marchwi i jabłka 150, Kompot z czarnej porzeczki 250,  P- tylko 6- mieszanka 3 składnikowa z masłem 120  K- Jak obok, bez serka topionego zamiast dodatek serka tartare 20 g Sałatka z cukinii 80</p>
<p style="text-align: center;">Czw1 21.11</p> <p>S- Ryż na mleku 300, Jajko gotowane 50, Kiełbasa krakowska 30, Surówka z kapusty pekińskiej z papryką 100, bułka grahamka 70,chleb razowy 30, Masło15(1szt), Kawa z ml. 250  O- Zupa pomidorowa z makaronem i śmietana z/śm 400, Gulasz wieprzowo-warzywny 250, buraczki zasmażane 150, kopytka ziemniaczane 150 , Kompot z truskawek 250, Jabłko 150  K- pasta z mięsa i warzyw i szczypiorkiem 60, dżem 1szt., Sałatka wiosenna 80, chleb razowy 100, Masło15 (1szt), Herbata 250</p>	<p style="text-align: center;">Diety lekkostrawne</p> <p>S- Jak obok, diety krakowska 60, ser deliser 20, jabłko gotowane 150  II śniad- tylko 6 - Kefir 200 (1szt)  O- Zupa pomidorowa z makaronem b/śm 400, Klopsik wieprzowy 90, Sałatka z buraczków 150, Ziemniaki 150, Sos jarzynowy 100, Kompot z truskawek 250, Jogurt naturalny 100  P- tylko 6- Jabłko 150  K- Jak obok, 6 zamiast dżemu polędwica sopocka 30 Sałatka z marchwi z natką pietruszki 80</p>
<p style="text-align: center;">Pt1 22.11</p> <p>S- Płatki owsiane na ml 300, Twaróg z jogurtem 60, Szynka z piersi indyka 30, Kalarepa 30, ogórek świeży 50, bułka grahamka 70,chleb razowy 30, Masło15 (1szt), Kawa z mlekiem 250  O- Brokułowa z/śm 400, dorsz z pieca 90g Ziemniaki 150, Kompot z jabłka z miętą 250, koktajl truskawka-czarna porzeczka 200 , surówka z marchwi i pora 150g  K- Pasztet 60, Sałatka z ogórka kiszzonego 50, pomidorki koktajlowe 30, serek tartare 20, chleb razowy 100 masło15(1szt), herbata 250</p>	<p style="text-align: center;">Diety lekkostrawne</p> <p>S- Jak obok, twaróg z jogurtem 60, mus z jabłka 80  II śniad- tylko 6 - Sałatka Caprese 150  O- Brokułowa z/śm 400, Dorsz z pieca 90, Sos grecki 150, Ziemniaki 150, Kompot z jabłka z miętą 250, koktajl truskawka-czarna porzeczka 200  P- tylko 6- Jogurt naturalny 100  K- Jak obok Baleron drobiowy 60, serek tartare 20, sałatka z buraczków 80</p>

<p style="text-align: center;">Sb1 23.11</p> <p>S- Manna na mleku 300, Szynkóweczka 60, ser żółty 30, sałatka z białej rzodkwi ze szczypiorkiem 80, chleb razowy 100, masło 15(1szt), Kawa z mlekiem 250</p> <p>O- Pieczarkowa z ziemniakami z/śm 400, Schab duszony w jarzynie z kapusta i kukurydzą 90/150, Kasza gryczana nie palona 150, Kompot z owoców mieszanych 250 Mandarynka 150</p> <p>K- chleb razowy 100, masło 15(1sz), Ser topiony 25, Szynka z piersi kurczaka 60, Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80, Herbata 250</p>	<p style="text-align: center;">Diety lekkostrawne</p> <p>S- Jak obok diety twarożek haga 20, szynkóweczka 60g sałatka z cukinii 80</p> <p>II śniad- tylko 6 - Sałatka z rukoli i buraka z serem feta 100</p> <p>O- Ziemniaczanka z koperkiem 400, Schab duszony w jarzynie 90/150, , Kasza jaglana 150, Kompot z owoców mieszanych 250, Jogurt owocowy 100</p> <p>P- tylko 6- Mandarynka 150</p> <p>K- Jak obok, Szynka z p.k. 60, miód 25, Pomidor bez skóry 80</p>
<p style="text-align: center;">Ndz1 24.11</p> <p>S- Makaron na mleku 300, Kiełbasa krakowska 60, miód 25, Sałatka grecka 100, chleb razowy 100, masło 15(1szt), Kawa z mlekiem 250</p> <p>O- Pomidorowa z ryżem z/śm 400, Klopsik drobiowy 90, Surówka z kapusty pekińskiej 150, Sos koperkowy 100, Ziemniaki 150, Kompot z truskawek 250, Pomarańcza 150</p> <p>K- Jajko gotowane 50, Sopočka 30, Pomidor 50, Papryka 30, chleb razowy 100, Masło 15(1szt), Herbata 250</p>	<p style="text-align: center;">Diety lekkostrawne</p> <p>S- Jak obok <b>3,4</b> szynkóweczka 60, serek Hochland 30, sałatka z marchwi</p> <p>II śniad- tylko 6 -Kefir 200 1szt</p> <p>O- Pomidorowa z ryżem b/śm 400, Klopsik drobiowy 90, Sałatka z selera i jabłka 150, Sos koperkowy 100, Ziemniaki 150, Kompot z truskawek 250, Jogurt naturalny 100</p> <p>P- tylko 6- Brokuł z pieca 150g</p> <p>K- jak obok, Twaróg z jogurtem 60, Sopočka 30, Mus z jabłka bez cukru 80,</p>