



Poniedziałek 26.02.

Śniadanie : pieczywo pszenno-żytnie i razowe (50 g), twaróg biały (20 g), szynka wieprzowa (13 g), masło (15 g), ogórek zielony (15 g), herbatka owocowa (250 ml) (1, 7)

Obiad : zupa kalafiorowa (250 ml) (9)

Pałki z kurczaka (90 g), ziemniaki (130 g), surówka (60 g), kompot z owoców leśnych (250 ml)

Podwieczorek : koktajl wiśniowy (150 g) (7), biszkopty

Energia : 1032 kcal

Wtorek 27.02.

Śniadanie : pieczywo pszenno-żytnie i razowe (50 g), pasta jajeczna (20 g), szynka drobiowa (1 plas) , pomidor (15 g), masło (15 g), herbatka rooibos (250 ml) (1, 3, 7)

Obiad : pomidorowa z makaronem (1,9)

Pulpety z indyka w sosie koperkowym (100 g), ryż (130 g), bukiet warzyw (60 g), kompot z jabłek (250 ml) (1)

Podwieczorek : ciasto ucierane ze śliwką (1,3,7), gruszka

Energia : 1025 kcal

Środa 28.02.

Śniadanie : pieczywo pszenno-żytnie i razowe (50 g), parówki (1.5 szt), pomidor/papryka (30 g), masło (15 g), herbatka rumianek (250 ml) (1,7)

Obiad : krem z białych warzyw z grzankami (250 ml) (9)

Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (100 g), ziemniaki (130 g), surówka (60 g), kompot z rabarbaru (250 ml) (1,3)

Podwieczorek : czekoladowy pudding z kaszy jaglanej z musem malinowym (150 g) (7)

Energia : 1035 kcal



Czwartek 29.02.

Śniadanie : pieczywo pszenno-żytnie i razowe (50 g), pasztet wyrób własny (20 g), ser żółty (13 g), masło (15 g), pomidor (15 g), herbatka zielona (250 ml) (1, 7)

Obiad : krem z brokuła z grzankami (250 ml) (1,9)

Leczo warzywne z kiełbaską (100 g), kasza pęczak (130 g), ogórek kiszony (60 g), kompot z wiśni (250 ml) (1, 3)

Podwieczorek : kisiel z owocami wyrób własny (150 g), chrupki kukurydziane

Energia : 1033 kcal

Piątek 1.03.

Śniadanie : płatki zbożowe (30 g), mleko (250 ml), pieczywo pszenno-żytnie i razowe, powidła śliwkowe, herbatka owocowa (250 ml) (1, 7)

II śniadanie : mandarynka

Obiad : krupniczek (250 ml) (1,9)

Makaron penne (130 g) z tuńczykiem i sosem pomidorowym (90 g), kompot z jabłek (250 ml) (1, 3, 4)

Podwieczorek : rurka z ciasta francuskiego z jabłkiem (1), mandarynka

Energia : 1030 kcal