



Poniedziałek 5.02.

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

Obiad : krem jarzynowy z grzankami (250 ml) (9)

Pałki z kurczaka (90 g), ryż (130 g), marchewka gotowana (60 g), kompot z owoców leśnych (250 ml)

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

Energia : 1022 kcal

Wtorek 6.02.

Śniadanie : pieczywo pszenno-żytnie i razowe (50 g), pasta jajeczna (30 g), szynka (13 g), pomidor (15 g), masło (15 g), herbatka rooibos (250 ml) (1, 3, 7)

Obiad : zupa kalafiorowa (250 ml) (9)

Makaron (130 g) z sosem po bolońsku (90 g), kompot z jabłek (250 ml) (1)

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

Energia : 1039 kcal

Środa 7.02.

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

Obiad : rosół z makaronem (1)

Kotlet mielony (90 g), kasza gryczana niepalona (130 g), buraczki (60 g), kompot z rabarbaru (250 ml) (1,3)

Podwieczorek : czekoladowy pudding z tapioki z musem mango (150 g) (7)

Energia : 1035 kcal



Czwartek 8.02.

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

Obiad : krem z zielonych warzyw z grzankami (250 ml)

Pulpety z indyka w sosie koperkowym (100 g), makaron penne (130 g), bukiet warzyw (60 g), kompot z wiśni (250 ml) (1, 3)

Podwieczorek : kisiel z owocami wyrób własny (150 g), herbatniki jabłko/marchew

Energia : 1033 kcal

Piątek 9.02.

Śniadanie : płatki kukurydziane (30 g), mleko (250 ml), pieczywo pszenno-żytnie, powidła, masło, herbatka owocowa (250 ml) (1, 7)

Obiad : krupniczek (250 ml) (9)

Paluszki rybne (90 g), ziemniaczki puree (150 g), surówka (60 g), kompot z jabłek (250 ml) (1, 3, 4)

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

Energia : 1035 kcal