

”MENU NA WAGĘ ZDROWIA”

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
07.12.2020r. Poniedziałek	Pieczyczo mieszane z serem lub wędliną, warzywa, bawarka. 1,3,5,7,8,9,10	Zupka pomidorowa, makaron zapiekany z warzywami i mięsem, kompot. 1,3,5,7,8,9,10	Talerz owocowo-warzywny, budyń, biszkopty bez cukru. 1,3,5,7,8,9,10
08.12.2020r. Wtorek	Drobny makaron na mleku, bułeczka owsiana, jajecznica na maśle, warzywa, herbata owocowa. 1,3,5,7,8,9,10	Zupka kapuśniak, kotlet mielony, ziemniaki, ogórek kiszony, papryka i kapusta pekińska, woda . 1,3,5,7,8,9,10	Bułka drożdżowa, kefir z owocami, owoce. 1,3,5,7,8,9,10
09.12.2020r. Środa	Pieczyczo mieszane z serem lub wędliną, warzywa, kawa latte. 1,3,5,7,8,9,10	Zupka rosół, udko z kurczaka, ryż, czerwona kapusta, kompot. 1,3,5,7,8,9,10	Owoce, warzywa, wafle ryżowe, szklanka mleka.
10.12.2020r. Czwartek	Płatki owsiane na mleku, chlebek babuni z białym serem, warzywa, herbata ziołowo-owocowa. 1,3,5,7,8,9,10	Zupka grochowa, babka ziemniaczana, kapusta biała kapusta, woda z pomarańczą, 1,3,5,7,8,9,10	Bułka cynamonka, owoce, szklanka mleka. 1,3,5,7,8,9,10
11.12.2020r. Piątek	Pieczyczo mieszane z serem lub wędliną, warzywa, kakao. 1,3,5,7,8,9,10	Zupka krupnik, ryba z warzywami z pieca, ziemniaki, kapusta kiszona, kompot. 1,3,4,5,7,8,9,10	Ciasto domowe, jogurt z owocami. 1,3,5,7,8,9,10