

## ”MENU NA WAGĘ ZDROWIA”

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
18.03.2019 Poniedziałek	Pieczyno mieszane z serem lub wędliną, talerz warzywny, herbata owocowa.  1,3,5,7,8,9,10	Zupa krupnik, pulpet w sosie pomidorowym, ryż, surówka z białej kapusty, herbata owocowa.  1,3,5,7,8,9,10	Talerz owocowy, chrupki kukurydziane, herbata owocowa.  1,3,5,7,8,9,10
19.03.2019 Wtorek	Kasza manna na mleku, bułeczka owsiana z dżemem lub miodem, herbata ziołowa.  1,3,5,7,8,9,10,14	Zupa pieczarkowa, karkówka w sosie własnym, kasza gryczana, marchewka z jabłkiem, kompot owocowy.  1,3,5,7,8,9,10	Kisiel do picia, bułeczka drożdżowa.  1,3,5,7,8,9,10
20.03.2019 Środa	Pieczyno mieszane z serem lub wędliną, talerz warzywny, kawa latte.  1,3,5,7,8,9,10	Zupa rosół, medaliony z kurczaka, ziemniaki, czerwona kapusta, herbata ziołowa.  1,3,5,7,8,9,10	Galaretki owocowa, kompot.  1,3,5,7,8,9,10
21.03.2019 Czwartek	Zacierka na mleku, pieczywo orkiszowe z serem lub wędliną, talerz warzywny, herbata ziołowa.  1,3,5,7,8,9,10	Zupa kurpiowska, babka ziemniaczana, surówka marchewkowa z porem, herbata ziołowa.  1,3,5,7,8,9,10	Ciasto „Cioci” Renatki, herbata ziołowa.  1,3,5,7,8,9,10
22.03.2019 Piątek	Bułeczka Grahamka z twarożkiem i szczypiorkiem, herbata owocowa.  1,3,5,7,8,9,10	Krem - zupa kalafiorowa, ryba z pieca pod pierzynką z warzyw, kiszona kapusta, herbata owocowa.  1,3,5,7,8,9,10	Kakao, wafelki ryżowe.  1,3,5,7,8,9,10