

”MENU NA WAGĘ ZDROWIA”

| Data | Śniadanie | Obiad | Podwieczorek |
|------------------------------|---|--|---|
| 19.07.2021r. Poniedziałek | Pieczywo mieszane z serem lub wędliną, warzywa, kakao. 1,3,5,7,8,9,10 | Zupka szczawiowa, spaghetti bolognese, ogórek konserwowy, woda z pomarańczą. 1,3,5,7,8,9,10 | Kaszka manna na mleku z owocami, chałka z masłem. 1,3,5,7,8,9,10 |
| 20.07.2021r. Wtorek | Płatki owsiane na mleku ,bułka grahamka z serem lub wędliną, warzywa, herbata owocowo- ziołowa. 1,3,5,7,8,9,10 | Zupka pieczarkowa, medalion z kurczaka, ryż, marchewka z groszkiem, kompot. 1,3,5,7,8,9,10 | Galaretką z owocami, podłomyki, szklanka mleka. 1,3,5,7,8,9,10 |
| 21.07.2021r. Środa | Bułka owsiana lub chlebek babuni z serkiem ziołowym, warzywa, kawa latte dla dzieci. 1,3,5,7,8,9,10 | Zupka ogórkowa, babka ziemniaczana, biała kapusta, woda z cytryną. 1,3,5,7,8,9,10 | Talerz owocowo-warzywny, bułeczka z dżemem lub miodem, szklanka mleka. 1,3,5,7,8,9,10,14 |
| 22.07.2021r. Czwartek | Płatki orkiszowe na mleku, pieczywo mieszane z serem lub wędliną, warzywa, herbata owocowa. 1,3,5,7,8,9,10 | Zupka kapuśniak, kotlet pożarski, ziemniaki, czerwona kapusta, kompot. 1,3,5,7,8,9,10 | Zupka owocówka z makaronem, owoce, szklanka mleka. 1,3,5,7,8,9,10 |
| 23.07.2021 Piątek | Pieczywo mieszane z pastą z jajka lub z serem, warzywa, bawarka. 1,3,5,7,8,9,10 | Zupka pomidorowa, porcja ryby z warzywami z pieca, ziemniaki, kapusta kiszona, kompot. 1,3,4,5,7,8,9,10 | Talerz owocowo-warzywny, bułka cynamonka, maślanka z owocami. 1,3,5,7,8,9,10 |