

”MENU NA WAGĘ ZDROWIA”

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
05.07.2021r. Poniedziałek	Pieczywo mieszane z serem lub wędliną, warzywa, kakao. 1,3,5,7,8,9,10	Zupka ogórkowa, makaron z mięsem i warzywami, kompot. 1,3,5,7,8,9,10	Talerz owocowo-warzywny, ryż na mleku, słomka ptysiowa. 1,3,5,7,8,9,10
06.07.2021r. Wtorek	Drobny makaron na mleku, bułka owsiana z serkiem ziołowym, warzywa, herbata owocowa. 1,3,5,7,8,9,10	Zupka kalafiorowa, udko z kurczaka, ryż, marchewka z jabłkiem, woda pomarańczą. 1,3,5,7,8,9,10	Owoce, warzywa, bułka cynamonka, szklanka mleka. 1,3,5,7,8,9,10
07.07.2021r. Środa	Pieczywo mieszane z serem lub wędliną, warzywa, kawa latte. 1,3,5,7,8,9,10	Zupka rosół, kotlet mielony, ziemniaki, sałata lodowa z papryką i ogórkiem kiszonym, kompot. 1,3,5,7,8,9,10	Kefir z owocami, bułka pchełka z masłem. 1,3,5,7,8,9,10
08.07.2021r. Czwartek	Płatki ryżowe na mleku, bułka grahamka, pasta z jajka, warzywa, herbata ziołowo-owocowa. 1,3,5,7,8,9,10	Zupka pieczarkowa, naleśniki z serem, owoce, woda z cytryną. 1,3,5,7,8,9,10	Owoce, podplomyki, kakao. 1,3,5,7,8,9,10
09.07.2021r. Piątek	Pieczywo mieszane z serem lub wędliną, warzywa, bawarka. 1,3,5,7,8,9,10	Zupka burakowa, ryba w panierce, ziemniaki, kapusta kiszona, kompot. 1,3,4,5,7,8,9,10	Rogalik maślany, szklanka mleka, owoce. 1,3,5,7,8,9,10