

Menu Obiadowe

PONIEDZIAŁEK
04.04.2022

Śniadanie: Bułka grahamka z masłem (65g),
wędlinką (15g) i serem żółtym (20g) na sałacie,
pomidor (10g), herbata miętowa (200ml)

Obiad:

Ryż z jabłkiem(220g), jogurt naturalny

Podwieczorek: budyń z sokiem (180g)

(razem 1070kcal) (alergeny: seler, mleko, jaja, gluten)

WTOREK
05.04.2022

Śniadanie: Zupa Mleczna „Kasza Manna”

Bułka paryska z masłem (50g)

Obiad:

Kotlet schabowy (120g), ziemniaki (150g)

Warzywa z wody (80g)

Podwieczorek: Banan (120g)

(razem 1190kcal) (alergeny: seler, mleko, jaja, gluten)

ŚRODA
06.04.2022

Śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem (65g),
pastą z ciecierzycy (15g), kielbaską krakowską (20g)

Obiad:

Gołąbki w sosie pomidorowym (120g), ziemniaczki (150g),
surówka (70g)

Podwieczorek: krakersy(15g), cząstki jabłka (60g)

(razem 1110kcal) (alergeny: seler, mleko, jaja, gluten)

CZWARTEK
07.04.2022

Śniadanie: Bułka z masłem (65g),
serkiem topionym (15g), mielonką tyrolską (15g)
Herbata owocowa(200ml)

Obiad:

Kopytka z jogurtem naturalnym (170g)

Podwieczorek: marchewka do chrupania(30g), herbatniki(15g)

(razem 1075kcal) (alergeny: seler, mleko, jaja, gluten)

PIĄTEK
08.04.2022

Śniadanie: Bułka z masłem (65g),
pastą z jajka (15g), serem żółtym(20g), rzodkiewka
Herbata z cytryną (200 ml)

Obiad:

Paluszki Rybne lub Filet rybny (120g), ziemniaki (150g),
surówka (70g)

Podwieczorek: muffinki (50g)

(razem 1085kcal) (alergeny: seler, mleko, jaja, gluten)

ŻYCZYMY SMACZNEGO :)

Menu Obiadowe

11.04.2022

Obiad:

Podwieczorek: Pałki kukurydziane (20g),

papryka do chrupania (10g)
(razem 1095kcal) (alergeny: seler, mleko, jaja, gluten)

12.04.2022

Chlebek z masłem i musem jabłkowym (60g)

Obiad:

Gulasz wieprzowy (120g), ziemniaki (150g), buraki(80g)

Podwieczorek: ogórek do chrupania (40g), ciasteczka Bebe (30g)
(razem 1080kcal) (alergeny: seler, mleko, jaja, gluten)

13.04.2022

Obiad:

Kurczak Pieczony (120g), ziemniaki (150g),
marchewka na krótko(70g)

Podwieczorek: cząstki gruszki (30g),
wafle ryżowe (30g)

(razem 1120kcal) (alergeny: seler, mleko, jaja, gluten)

14.04.2022

Obiad:

Podwieczorek: Banan(120g)

(razem 1310kcal) (alergeny: seler, mleko, jaja, gluten)

15.04.2022

Obiad:

Podwieczorek: Kiwi (75g), wafelek (50g)

(razem 1090kcal) (alergeny: seler, mleko, jaja, gluten)

ŻYCZYMY SMACZNEGO :)