



DZIEŃ	ŚNIADANIE I	GRAMATURA	ŚNIADANIE II	GRAMATURA	ZUPA	GRAMATURA	II DANIE	GRAMATURA	DESER	GRAMATURA
poniedziałek 8.08.2022	Pieczywo mieszane masło wędlina drobiowa ogórek małosolny herbata owocowa m,g	2 szt 10 g 30 g 30 g 200 ml	Jabłko	1 szt	Pomidorowa z ryżem m,s	300 ml	Makaron świderki z polewą jogurtowo truskawkową Kompot wieloowocowy m,g	120 g 70 g 200 ml	Kisiel	150 ml
		227 kcal		75 kcal		214 kcal		225 kcal		72 kcal
wtorek 9.08.2022	Kajzerka masło twarożek ze szczypiorkiem pomidor Herbata owocowa m,g	1 szt 10 g 30 g 30 g 200 ml	Brzoskwinia	1szt	Kapuśniak z młodej kapusty s,g	300 ml	Pulpeciki z indyka z cukinią w sosie koperkowym Kasza kuskus Marchewka na gęsto Kompot wieloowocowy m,g,j	60 g 50g 120 g 60 g 200 ml	Arbuz wafelki kukurydziane	200ml 3szt
		265 kcal		72 kcal		166 kcal		406 kcal		152 kcal
środa 10.08.2022	Pieczywo mieszane masło ser żółty ogórek zielony Herbata owocowa m,g	2 szt 10 g 30 g 30 g 200 ml	Śliwki	120g	Rosół z makaronem s,g	300 ml	Kurczak mcnuggets Ziemniaki Surówka z marchewki i jabłka Kompot wieloowocowy j,g	60 g 120 g 60 g 200 ml	Jogurt m	150ml
		300 kcal		55 kcal		194 kcal		284 kcal		143 kcal
czwartek 11.08.2022	Pieczywo mieszane masło parówka drobiowa pomidor Herbata owocowa m,g	2 szt 10 g 30 g 30 g 200 ml	Jabłko	1 szt	Koperkowa z ryżem m,s	300 ml	Kotlecik mielony Ziemniaki Mizeria Kompot wieloowocowy m,g,j	60 g 120 g 60 g 200 ml	Płatki ryżowe na mleku m	150 ml
		256 kcal		75 kcal		170 kcal		292 kcal		133 kcal
piątek 12.08.2022	Pieczywo mieszane masło pasta serowo-rybna ogórek małosolny Herbata owocowa m,g,r,j	2 szt 10 g 30 g 30 g 200 ml	Banan	1 szt	Barszcz ukraiński s,m	300 ml	Ryż sypany z musem jabłkowym i polewą jogurtową Kompot wieloowocowy m	120 g 70 g 50g 200 ml	Babeczka krucha z twarożkiem m,j,g	1szt 30g
		245 kcal		126 kcal		189 kcal		296 kcal		133 kcal

ALERGENY

(m-nabiał, g-gluten, j-jajko,s-seler, r-ryba, so-soja)

