

19-23.12.2022	Poniedziałek 1286 KCAL	Wtorek 1302 KCAL	Środa 1294 KCAL	Czwartek 13110 KCAL	Piątek 1301 KCAL
SNIADANIE	Płatki kukurydziane na mleku 0,200 -pieczywo mieszane 0,040 -masło 0,010 -pasta z tuńczyka 0,010 -ser żółty -szynka wieprzowa 0,010 -warzywa 0,020	-pieczywo mieszane 0,040 -masło 0,010 -ser żółty 0,010 -polędwica sopocka 0,010 -parówki 0,020 -warzywa 0,20	-chleb z ziarnami 0,040 -masło 0,010 -szynka drobiowa 0,010 -pasta jajeczna ze szczypiorkiem 0,010 -ser żółty 0,010 -warzywa 0,020	-pieczywo mieszane 0,040 -masło 0,010 -pasztet drobiowy 0,010 -powidła śliwkowe 0,010 -warzywa 0,020	Kakao 0,200 -bułka wroclawska 0,040 -masło 0,010 -miód 0,010 -twarożek z rzodkiewką 0,010 -polędwica z indyka 0,010 -warzywa 0,020
DRUGIE ŚNIADANIE	KOLOROWE OWOCE 0,100	KOLOROWE OWOCE 0,100	KOLOROWE OWOCE 0,100	KOLOROWE OWOCE 0,100	KOLOROWE OWOCE 0,100
ZUPA	Krem marchewkowy z pomarańczą 0,250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem orzo 0,250 ml	Rosół z makaronem 0,250 ml	Ryżanka z warzywami 0,250 ml	Krem z jarzyn i groszku 0,250 ml
DANIE MIĘSNE	Pierogi z mięsem i okrasą 0,200 Surówka 0,100	Kotlet z piersi kurczaka 0,070 Ziemniaki opiekane 0,100 Mizeria 0,100	Kluski leniwe z masłem 0,200 Surówka 0,100	Spaghetti ala Bolognese 0,200	Filet z dorsza 0,070 Ziemniaki puree 0,100 Fasolka z masłem 0,100
DESER	Mus owocowy z biskoptem 0,150	Ciasto drożdżowe 0,050	Buleczka fitness ze schabem pieczonym i kiszonym ogórkiem 0,050	Budyń czekoladowy 0,100 Owoce 0,050 krakersy	