

13.03-17.03.2023	Poniedziałek 1305 KCAL	Wtorek 1291 KCAL	Środa 1314 KCAL	Czwartek 1346 KCAL	Piątek 1299 KCAL
SNIADANIE	Pieczyno mieszane 0,040 Masło 0,010 Szynka wieprzowa gotowana 0,010 Pasta z ryby 0,010 Ser żółty 0,010 Warzywa 0,020 Herbata 0,200	Bagietka 0,040 Masło 0,010 Polędwica z indyka 0,010 Powidła śliwkowe 0,010 Ser żółty wędzony 0,010 Mozzarella kulki 0,010 Warzywa 0,020 Herbata 0,200	Kakao Pieczyno mieszane 0,040 Masło 0,010 Jajko na twardo 0,010 Wędlina wieprzowa polędwica 0,010 Ser żółty 0,010 Miód 0,010 Warzywa 0,020 Herbata 0,200	Bułka wrocławska 0,020 Chleb żytni 0,020 Szynka z kurcząt 0,010 Pasta humus 0,010 Warzywa 0,020 Herbata 0,200	Płatki kukurydziane na mleku 0,200 Naleśniki 0,040 Serek na słodko 0,010 Dżem owocowy b/cukru 0,010 Herbata 0,200
DRUGIE ŚNIADANIE	KOLOROWE OWOCE 0,100	KOLOROWE OWOCE 0,100	KOLOROWE OWOCE 0,100	KOLOROWE OWOCE 0,100	KOLOROWE OWOCE 0,100
ZUPA	Barszcz czerwony ze śmietanką 0,250ml	Jarzynowa ze szczawiem 0,250ml	Rosół z makaronem 0,250ml	Pomidorowa z makaronem orzo 0,250ml	Krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym 0,250ml
DANIE MIĘSNE	Spaghetti bolognese z tartym serem	Nuggetsy z kurczaka 0,070 Ziemniaki puree 0,100 Surówka z kapusty pekińskiej 0,100	Gulasz wołowy z warzywami 0,170 Kasza gryczana 0,100	Placki z cukinii 0,200 Salata ze śmietaną 0,050	Filet z łososia w sosie śmietanowo -cytrynowym 0,070 Ziemniaki puree 0,100 Kalafior z masłem 0,100
DESER	Mus owocowy 0,100 Kanapka z masłem 0,020	Ciasto marchewkowe 0,100	Jogurt z truskawką 0,100 Chrupki kukurydziane 0,010	Bagietka ze schabem na sałacie, pomidorek cherry 0,100	Pudding z kaszy mannej z mascarpone polany malinami 0,150