

Menu Obiadowe

PONIEDZIAŁEK

04.10.2021

Śniadanie: Bułka z masłem

metką łososiową, serem żółtym, ogórek (150g)

Kakao (200ml)

Obiad: Zupa Pomidorowa z ryżem (300ml)

Placki z jabłkiem (250g), sałatka owocowa (100g) woda (200ml)

Podwieczorek: wafle ryżowe (30g), papryka do chrupania (50g)

napój owocowy(200ml)

(razem 1275kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

WTOREK

05.10.2021

Śniadanie: Chleb Oliwski z masłem

szyneczką konserwową na liściu sałaty , serek topiony,

rzodkiewka (150g), Herbata (200ml)

Obiad: Zupa Krem z dyni z grzankami (300ml),

Kurczak z rożna (100g), ziemniaczki (150g),

fasolka szparagowa (100g), woda (200ml)

Podwieczorek: Kasza manna z sokiem malinowym (120g),

napój owocowy(200ml)

(razem 1390kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

ŚRODA

06.10.2021

Śniadanie: Bułka maślana z masłem

serkiem waniliowym , polędwicą miodową (150g),

warzywko/owoc ,Herbata (300ml)

Obiad: Zupa Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem (300ml),

Zapiekanka makaronowa z kielbaską, sosem pomidorowym

i serem(300g),woda (200ml)

Podwieczorek: Koktajl z owoców leśnych (60g)

napój owocowy(200ml)

(razem 1250kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

CZWARTEK

07.10.2021

Śniadanie: Bułka paryska z dżemem(80g)

Płatki na mleku kukurydziane lub cynamonowe (300ml)

warzywko/owoc

Obiad: Zupa Koperkowa z lanym ciastem (300ml)

Gulasz wieprzowy w sosie własnym (100g) , kasza

gryczana (150g), buraki (100g) , woda (200ml)

Podwieczorek: jabłko (40g) , paluszki ,napój owocowy(200ml)

(razem1265kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

PIĄTEK

08.10.2021

Śniadanie: Bułka z masłem (80g)

Jajecznicą na maśle(80g) ,Herbata z cytryną (200ml)

warzywko/owoc

Obiad: Zupa Barszcz Czerwony (300ml)

Filet z flądry (120g) , ziemniaki (150g),

surówka colesław (100g), woda (200ml)

Podwieczorek: placek drożdżowy z kruszonką (120g)

woda(200ml)

(razem 1265kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

Menu Obiadowe

PONIEDZIAŁEK
11.10.2021

Śniadanie: Bułka paryska z powidłami śliwkowymi (80g)
Zupa Mleczna „Zacierka”(300ml)
warzywko/owoc
Obiad: Zupa Jesienna z ziemniaczkami i zieleniną (300ml),
Naleśniki z dżemem, jogurt naturalny woda (200ml)
Podwieczorek: Banan (120g)napój owocowy(200ml)
(razem 1310kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

WTOREK
12.10.2021

Śniadanie: Bułka kajzerka z masłem
białym twarogiem ze szczypiorkiem, polędwicą
sopocką , pomidor (150g),Kakao(200ml)
Obiad: Zupa Brokułowa (300ml),
Kotlet schabowy (100g),
ziemniaczki (150g), warzywa z wody (100g),
woda (200ml)
Podwieczorek: brzoskwinia (85g), herbatniki(30g)
napój owocowy(200ml)
(razem 1325kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

ŚRODA
13.10.2021

Śniadanie: Chlebek Graham z masłem
pastą z papryki , szynką babuni(150g),
Herbata Earl Grey (200ml)warzywko/owoc
Obiad: Zupa Ogórkowa (300ml),
Knedle z mięsem , sos pomidorowy (200g),
woda (200ml)
Podwieczorek: krakersy(30g), marchewka do chrupania (40g)
napój owocowy(200ml)
(razem 1265kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

CZWARTEK
14.10.2021

Śniadanie: Kajzerka z masłem , serem żółtym
pasztetową , rzodkiewka (150g),
Herbata (200ml)
Obiad: Zupa Krupnik (300ml)
Klopsiki w sosie koperkowym (100g) , ziemniaki (150g),
ogórek (100g) woda (200ml)
Podwieczorek: galaretka z owocami(120g),
napój owocowy(200ml)
(razem1270kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)

PIĄTEK
15.10.2021

Śniadanie: Bułka kajzerka z masłem
pastą rybną, i szyneczką konserwową , ogórek konserwowy (150g),
Herbata ziołowa (200ml)
Obiad: Zupa Krem z pieczarek z groszkiem ptysiowym (300ml)
Paluszki Rybne (100g) , ziemniaki (150g),
surówka (100g), woda (200ml)
Podwieczorek: jogurt owocowy (120g)
(razem 1265kcal) (alergeny: seler, mleko,jaja, gluten)