

Menu IV 30.10-03.11.2017

Poniedziałek

Śniadanie: Kasza manna z bananem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), szynka drobiowa (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kasza manna z bananem (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Krem z pieczonych warzyw z tymiankiem (250ml), piersi z indyka w sosie pomidorowym (80g), ryż mieszany (100g), warzywa gotowane na parze (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Krem z pieczonych warzyw z tymiankiem (250ml), pulpety warzywne w sosie (80g), ryż mieszany (100g), warzywa gotowane na parze (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Budyń czekoladowy (120g), chrupki kukurydziane (10g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Budyń (120g), chrupki kukurydziane (10g), owoce (100g), kompot (200ml)

Wtorek

Śniadanie: Płatki jęczmienne z gruszką (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (20g), schab pieczony z morelą (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Płatki jęczmienne z gruszką (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa koperkowa z zacierkami (250ml), nóżka kurczaka (80g), kasza pęczak (100g), marchewka na ciepło (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Zupa koperkowa z zacierkami (250ml), kotlecik warzywny (80g), kasza pęczak (100g), marchewka na ciepło (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Ryż z owocami (120g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Ryż z owocami (120g), kompot (200ml)

Czwartek

Śniadanie: Musli (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twaróg (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Musli (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twaróg (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa ogórkowa (250ml), makaron z kurczakiem i ananasem (160g), surówka z sałaty lodowej i papryki (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Zupa ogórkowa (250ml), makaron z warzywami (160g), surówka z sałaty lodowej i papryki (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Bułka z rodzynką (60g), masło (10g), dżem, pasta na słodko (40g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Bułka z rodzynką (60g), dżem, pasta na słodko (40g), kompot (200ml)

Piątek

Śniadanie: Kawa zbożowa (2g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), polędwica sopocka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Karob (2g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Rosół z makaronem (250ml), ryba na parze w sosie koperkowo – cytrynowym (80g), puree ziemniaczane (100g) surówka colesław (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Zupa warzywna (250ml), ryba na parze w sosie koperkowo – cytrynowym (80g), puree ziemniaczane (100g) surówka colesław (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Bułka orkiszowa (50g), masło (10g), szynka (20g), warzywa do pochrupania (40g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Bułka orkiszowa (50g), pasta (20g), warzywa do pochrupania (40g), kompot (200ml)