

Menu III 02-04.01.2019

Środa

Śniadanie: Kakao (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), szynka (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

Obiad: Krem wielowarzywny (250ml), nóżka kurczaka (80g), ryż (100g), warzywa gotowane na parze (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Krem wielowarzywny (250ml), nóżka kurczaka (80g), ryż (100g), warzywa gotowane na parze (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Krem wielowarzywny (250ml), nóżka kurczaka (80g), ryż (100g), warzywa gotowane na parze (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Krem wielowarzywny (250ml), kotlet warzywny (80g), ryż (100g), warzywa gotowane na parze (80g), kompot (200ml)

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

Dieta BM – Makaron z owocami (120g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Makaron bg z owocami (120g), kompot (200ml)

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

Czwartek

Śniadanie: Płatki owsiane (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), polędwica wieprzowa (20g), jajko na twardo (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Płatki owsiane (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), polędwica wieprzowa (20g), jajko na twardo (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Płatki bg (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (20g), jajko na twardo (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Płatki owsiane (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta (20g), jajko na twardo (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Barszcz biały (250ml), leczo z indykiem (80g), kasza pęczak (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Zupa warzywna (250ml), leczo z indykiem (80g), kasza pęczak (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Zupa warzywna (250ml), leczo z indykiem (80g), kasza gryczana (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Zupa warzywna (250ml), leczo warzywne (80g), kasza pęczak (100g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Ciasto czekoladowe z gruszkami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BM – Bezmleczne ciasto z gruszkami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Bezmleczne, bezglutenowe ciasto z gruszkami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Bezmleczne ciasto z gruszkami (60g), owoce (100g), kompot (200ml)

Piątek

Śniadanie: Kawa zbożowa (2g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twaróg czosnkowy (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Karob (2g), na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Karob (2g), na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), masło (10g), pasta (20g), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

Obiad: Barszcz czerwony (250ml), ryba panierowana (80g), ziemniaki (100g) surówka z kapusty kiszonej (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Barszcz czerwony nie-zabielany (250ml), ryba panierowana (80g), ziemniaki (100g) surówka z kapusty kiszonej (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Barszcz czerwony nie-zabielany (250ml), ryba panierowana (80g), ziemniaki (100g) surówka z kapusty kiszonej (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Barszcz czerwony (250ml), ryba panierowana (80g), ziemniaki (100g) surówka z kapusty kiszonej (80g), kompot (200ml)

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

Dieta BM – Bułka (50g), szynka (20g), warzywa do pochrupania (40g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Bułka bg (50g), schab (20g), warzywa do pochrupania (40g), kompot (200ml)

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