

Menu II 10-14.09.2018

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 BM – Kasza manna z bananem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), szynka (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Kasza jaglana z bananem (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Kasza manna z bananem (30g) na mleku owsianym (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 BM – 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 BMG – 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), owoc (100g), kompot (200ml)

Dieta BM – Bezmleczny budyń (120g), chrupki kukurydziane (10g), owoc (100g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Bezmleczny budyń (120g), chrupki kukurydziane (10g), owoc (100g), kompot (200ml)

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

Wtorek

Śniadanie: Kakao (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), serek biały czosnkowy (20g), szynka wieprzowa (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

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

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

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

Dieta BM – Zupa fasolowa po staropolsku (250ml), makaron z kurczakiem i ananasem (160g), surówka z sałaty lodowej i papryki (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Zupa fasolowa po staropolsku (250ml), makaron bg z kurczakiem i ananasem (160g), surówka z sałaty lodowej i papryki (80g), kompot (200ml)

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

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

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

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

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

Środa

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

Dieta BM – Płatki jęczmienne z gruszką (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), pasta rybno - jajeczna ze szczypiorkiem (20g), schab pieczony z morelą (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Płatki bg z gruszką (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasta rybno - 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 rybno - jajeczna ze szczypiorkiem (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMGJ – Płatki bg z gruszką (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasta (20g), schab pieczony z morelą (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa koperkowa z zacierkami (250ml), gulasz wołowy (80g), kasza pęczak (100g), buraczki (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Zupa koperkowa z zacierkami nie-zabielana (250ml), gulasz wołowy (80g), kasza pęczak (100g), buraczki (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Zupa koperkowa z makaronem bg (250ml), gulasz wołowy (80g), kasza gryczana (100g), buraczki (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Zupa koperkowa z zacierkami (250ml), gulasz warzywny (80g), kasza pęczak (100g), buraczki (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Galaretką (100g), rolada biszkoptowa (50g), owoc (100g), kompot (200ml)

Dieta BM – Galaretką (100g), ciasto bezmleczne (50g), owoc (100g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Galaretką (100g), ciasto bezmleczne, bg (50g), owoc (100g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Galaretką (100g), rolada biszkoptowa (50g), owoc (100g), kompot (200ml)

Dieta BMGJ – Galaretką (100g), ciasto bezmleczne, bez-jajeczne, bg (50g), owoc (100g), kompot (200ml)

Czwartek

Śniadanie: Musli (30g) i owoce (20g), na jogurcie (150g), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet z soczewicy (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Musli (30g) mus owocowy (170g), chleb razowy (50g), pasztet z soczewicy (20g), kielbasa żywiecka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Płatki bg (30g) mus owocowy (170g), chleb bg (50g), pasztet z soczewicy (20g), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Musli (30g) i owoce (20g), na jogurcie (150g), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet z soczewicy (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Zupa ogórkowa (250ml), leniwe (160g), surówka z marchewki (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Zupa ogórkowa nie-zabielana (250ml), bezmleczne kluseczki (160g), surówka z marchewki (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Zupa ogórkowa nie-zabielana (250ml), bezmleczne, bg kluseczki (160g), surówka z marchewki (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Zupa ogórkowa (250ml), leniwe (160g), surówka z marchewki (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Bułka (50g), masło (10g), szynka (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), pasta (20g), warzywa do pochrupania (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 BM – Karob (2g), na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), szynka (20g), polędwica sopocka (15g), 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 (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Obiad: Rosół z makaronem (250ml), kotlety rybne (80g), puree ziemniaczane z brokułami (100g) surówka colesław (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Rosół z makaronem (250ml), kotlety rybne (80g), puree ziemniaczane z brokułami (100g) surówka colesław (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Rosół z makaronem bg (250ml), kotlety rybne (80g), puree ziemniaczane z brokułami (100g) surówka colesław (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Zupa warzywna (250ml), kotlety rybne (80g), puree ziemniaczane z brokułami (100g) surówka colesław (80g), kompot (200ml)

Podwieczorek: Szarlotka (60g), kisiel (120g), kompot (200ml)

Dieta BM – Ciasto bezmleczne (60g), kisiel (120g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Ciasto bezmleczne, bg (60g), kisiel (120g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Szarlotka (60g), kisiel (120g), kompot (200ml)

Dieta BMGJ – Ciasto bezmleczne, bez-jajeczne, bg (60g), kisiel (120g), kompot (200ml)