

## Menu V 03-07.06.2019

### Poniedziałek

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

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

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

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

**Obiad:** Krem z białych z grzankami (250ml), klopsik (80g), kasza pęczak (100g), warzywa gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Krem z białych warzyw z grzankami (250ml), klopsik (80g), kasza pęczak (100g), warzywa gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Krem z białych warzyw z grzankami bg (250ml), klopsik (80g), kasza gryczana (100g), warzywa gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Krem z białych warzyw z grzankami (250ml), klopsik warzywny (80g), kasza pęczak (100g), warzywa gotowane na parze (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

**Podwieczorek:** Chleb (50g), masło (10g), polędwica sopocka, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Chleb (50g), polędwica sopocka, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Chleb bg (50g), schab, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Chleb (50g), pasta, warzywa (40g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

## Wtorek

**Śniadanie:** Kasza manna z rodzynkami (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), ser żółty (20g), pasta warzywna (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Kasza manna z rodzynkami (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), szynka (20g), pasta warzywna (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Kasza kukurydziana z rodzynkami (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (20g), pasta warzywna (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

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

**Obiad:** Zupa koperkowa z ryżem (250ml), makaron w sosie śmietanowo - ziołowym z kurczakiem (160g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta BM – Zupa koperkowa z ryżem nie-zabielana (250ml), makaron w sosie warzywno - ziołowym z kurczakiem (160g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Zupa koperkowa z ryżem nie-zabielana (250ml), makaron bg w sosie warzywno - ziołowym z kurczakiem (160g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Zupa koperkowa z ryżem (250ml), makaron w sosie warzywno - ziołowym (160g), surówka wielowarzywna (80g), kompot (200ml)

**Podwieczorek:** Galaretką owocową (150g) ciasto czekoladowe (50g), kompot (200ml)

Dieta BM – Galaretką owocową (150g) ciasto bezmleczne (50g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Galaretką owocową (150g) ciasto bezmleczne, bg (50g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Galaretką owocową (150g) ciasto czekoladowe (50g), kompot (200ml)

Dieta BMJ – Galaretką owocową (150g) ciasto bezmleczne, bez-jajeczne (50g), kompot (200ml)

## Środa

**Śniadanie:** Płatki wielozbożowe (30g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), szynka (20g), pasta z makreli i ogórka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BM – Płatki wielozbożowe (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), szynka (20g), pasta z makreli i ogórka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Płatki bg (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), schab (20g), pasta z makreli i ogórka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Płatki wielozbożowe (30g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasta (35g), warzywa (20g), herbata (200ml)

**Obiad:** Pomidorowa z makaronem (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), mizeria (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Pomidorowa z makaronem nie-zabielana (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), surówka z ogórka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Pomidorowa z makaronem bg nie-zabielana (250ml), nóżka kurczaka (80g), ziemniaki (100g), surówka z ogórka (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Pomidorowa z makaronem (250ml), kotlecik warzywny (80g), ziemniaki (100g), mizeria (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

**Podwieczorek:** Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Kisiel (150g), owoce (100g), chrupki kukurydziane/wafle ryżowe (10g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

## Czwartek

**Śniadanie: Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)**

Dieta BM – Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), pasztet (20g), szynka (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasztet (20g), schab (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Płatki ryżowo – jaglane z owocami (30g), na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), pasztet warzywny (20g), pasta (15g), warzywa (20g), herbata (200ml)

**Obiad: Żurek (250ml), gulasz wieprzowy (80g), kasza gryczana (100g), surówka z marchewki (80g), kompot (200ml)**

Dieta BM – Zupa warzywna (250ml), gulasz wieprzowy (80g), kasza gryczana (100g), surówka z marchewki (80g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Zupa warzywna (250ml), gulasz wieprzowy (80g), kasza gryczana (100g), surówka z marchewki (80g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Zupa warzywna (250ml), gulasz wieprzowy (80g), kasza gryczana (100g), surówka z marchewki (80g), kompot (200ml)

**Podwieczorek: Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)**

Dieta BM – Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta BMG – Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

Dieta wegetariańska – Ryż z jabłkiem i cynamonem (150g), owoce (100g), kompot (200ml)

## Piątek

**Śniadanie:** Kawa zbożowa (2g) na mleku (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twarożek na słodko (20g), miód/powidła (15g), herbata (200ml)

Dieta BM – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), pasta na słodko (20g), miód/powidła (15g), herbata (200ml)

Dieta BMG – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb bg (50g), pasta na słodko (20g), miód/powidła (15g), herbata (200ml)

Dieta wegetariańska – Karob (2g) na mleku ryżowym (200ml), chleb razowy (50g), masło (10g), twarożek na słodko (20g), miód/powidła (15g), herbata (200ml)

**Obiad:** Barszcz czerwony z botwinką (250ml), ryba gotowana na parze z emulsją cytrynową (80g), ziemniaki (100g), surówka z młodej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Barszcz czerwony z botwinką (250ml), ryba gotowana na parze (80g), ziemniaki (100g), surówka z młodej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Barszcz czerwony z botwinką (250ml), ryba gotowana na parze (80g), ziemniaki (100g), surówka z młodej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Barszcz czerwony z botwinką (250ml), gulasz warzywny (80g), ziemniaki (100g), surówka z młodej kapusty (80g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

**Podwieczorek:** Bułka (50g), masło (10g), ser żółty (20g), warzywa (20g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BM – Bułka (50g), szynka (20g), warzywa (20g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta BMG – Bułka bg (50g), schab (20g), warzywa (20g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)

Dieta wegetariańska – Bułka (50g), ser żółty (20g), warzywa (20g), herbatka ziołowo-owocowa (200ml)