

Menu 18 - 22 grudnia 2023

poniedziałek	śniadanie	II śniadania	zupa	II danie	napój II danie	podwieczorek
posiłek	owsianka zimowa z cynamonem (150 ml), serek topiony, wek, herbatka (200 ml)	jabłko (100 gram)	chiński rosółek (300 ml)	pankejkki na mleku z sosem z owoców (200 gram)	domowa woda smakowa (200 ml)	kanapka z wędliną, warzywo sezonowe
wtorek	I śniadanie	II śniadanie	zupa	II danie	napój II danie	podwieczorek
posiłek	pasta kurczakowa z twarogiem, warzywo sezonowe, pieczywo mieszane, herbatka (200 ml)	kiwi (100 gram)	kremowa grochówka z curry (300 ml)	kotlecik schabowy (100 g), ziemniaki (150 g), biała kapusta gotowana	kompot wieloowocowy (200 ml)	serek z brzoskwinia, biszkopty
środa	I śniadanie	II śniadanie	zupa	II danie	napój II danie	podwieczorek
posiłek	rogalik z masłem i dżemem niskosłodzonym, mleko z miodem (200 ml)	marchew do chrupania (100 gram)	barszcz zabieleny (300 ml)	dorsz panierowany (100 g), sałatka jarzynowa (200 g)	kompot śliwkowy (200 ml)	podpłomyki a'la gofr, mandarynka (100 gram)
czwartek	I śniadanie	II śniadanie	zupa	II danie	napój II danie	podwieczorek
posiłek	ciociorella - słodki krem czekoladowy z ciecierzycy, pieczywo, kakao (200 ml)	banan (100 gram)	kalafiorowa (300 ml)	makaron z kurczakiem z sosem śmietanowym, brokuły (200 g)	klasyczna lemoniada (200 ml)	twarożek truskawkowy, rogalik maślany
piątek	I śniadanie	II śniadanie	zupa	II danie	napój II danie	podwieczorek
posiłek	pasta z jajkiem i serem białym, warzywo sezonowe, chleb mieszany, herbatka (200 ml)	bakalie (100 ml)	ziemniaczanka zabieleny (300 ml)	pampuchy z zimowym leczo, surówka sezonowa (200 g)	kompot porzeczka-jabłko (200 ml)	mus jabłkowy, wafelki śniadaniowe

Opracowano przez dietetyka: Anna Wieja, dietetyk kliniczny