

| | Diety | 27.06.czwartek | 28.06.piątek | 29.06.sobota | 30.06.niedziela | 1.07.poniedziałek |
|-------------|-------------------------|---|--|---|--|--|
| I śniadanie | Normalna | makaron na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | ryż na ml 350ml,serek wiejski ,rzodkiewka 50g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | k manna na ml 350ml,szynka konsrwowa 40g,papryka100g,masło15 g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | pl ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | pl owsiane na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 50g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |
| | Cukrzyca | kartoflanka 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | kartoflanka 350ml,serek wiejski ,rzodkiewka 50g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | kartoflanka 350ml,szynka konsrwowa 40g,papryka100g,masło15 g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | kartoflanka 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | kartoflanka 350ml,ser biały 100g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |
| | Letkostrawna wiatrobowa | makaron na ml 350ml,k szynkowa 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | ryż na ml 350ml,serek wiejski ,rzodkiewka 50g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | k manna na ml 350ml,szynka konsrwowa 40g,papryka100g,masło15 g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | pl ryżowe na ml 350ml,schab pieczony 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | pl owsiane na ml 350ml,ser biały 100g,dżem 50g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |
| śniadani | | kanapka z ser kanapkowy,pomidro,papryka,śliwka | kanapka z ser topiony,ogórek,jabłko | kanapka z jajkiem,salata,rzodkiewka,jabłko | kanapka z ser żółty,pomidor,papryka,siłwka | kanapka z szynką dr,rzodkiewka,salata,jabłko |
| Obiad | Normalna | krupnik 400ml,k schabowy z pieca 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | fasolowa 400ml,dorsz z pieca 110g,salata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7) | brokułowa 400ml,gulasz wp 110g,ogórek małosolny 150g,k pęczak 80g,kompot(1,2,3,6,7) | barszcz biały z jajkiem 400ml,schab pieczony 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | koperkowa z ryżem 400ml,karczek z grila 110g,sur z kapusty,pora,ogórka z musztardą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) |
| | Cukrzyca | krupnik 400ml,schab na parze 110g,mizeria 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | koperkowa 400ml,dorsz na parze 110g,salata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7) | brokułowa 400ml,gulasz wp gotowany110g,ogórek małosolny 150g,k pęczak 80g,kompot(1,2,3,6,7) | grysikowa 400ml,schab na parze 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | koperkowa z ryżem 400ml,pulpet na parze 110g,sur z kapusty,pora,ogórka z musztardą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) |
| | Letkostrawna wiatrobowa | krupnik 400ml,schab na parze 110g,kalafior na parze 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | koperkowa 400ml,dorsz na parze 110g,salata lodowa 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7) | brokułowa 400ml,gulasz wp gotowany110g,ogórek małosolny 150g,k pęczak 80g,kompot(1,2,3,6,7) | grysikowa 400ml,schab na parze 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | koperkowa z ryżem 400ml,pulpet na parze 110g,marchewka 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) |
| wiecz | | banan\cukrzyca jabłko | sok warzywny | jabłko | śliwka\ cukrzyca jabłko | bułeczka rwaniec\ cukrzyca sok warzywny |
| | Normalna | 2 jajka gotowane ,pomidorokoktajlowe100g,rukola 10g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | połędwica z indyka 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | połędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | szynka z beccki 60g,papryka100g,masło15 g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | szynka gotowana 60g,ogórek małosolny100g,masło15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |

| | | | | | | |
|---------------|---------------------|---|---|---|--|--|
| Kolacja | Cukrzyca | 2 jajka gotowane, pomidorki, koktajlowe 100g, rukola 10g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | połędwica z indyka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | połędwica sopocka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | szynka z beczki 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | szynka gotowana 60g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |
| | Letkostrawna | 2 jajka gotowane, pomidorki, koktajlowe 100g, rukola 10g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | połędwica z indyka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, maślanka, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | połędwica sopocka 60g, pomidor 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | szynka z beczki 60g, papryka 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, jogurt, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | szynka gotowana 60g, ogórek małosolny 100g, masło 15g, pieczywo pszenne 100g, kefir, herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |
| Posiłek nocny | Cukrzyca | serek wiejski, masło 10g, pieczywo razowe 20g | indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g | jajko gotowane, masło 10g, pieczywo razowe 20g | ser biały 100g, masło 10g, pieczywo razowe 20g | indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo razowe 20g |

Kuchnia zastrzega zmiany w jadłospisie

W nawiasach podano alergeny występujące w danej potrawie

- | | |
|--|--------------------------------|
| 1. ziarna zbóż zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut) | 9. orzechy ziemne \ archaidowe |
| 2. białka mleka krowiego / produkty pochodzące łącznie z laktozą | 10. soja i produkty pochodne |
| 3. jaja i produkty pochodne | 11. sezam |
| 4. ryby i produkty pochodne | 12. łubin |
| 5. dwutlenek siarki i siarczany (E220-228) | 13. mięczaki |
| 6. gorczyca i produkty pochodne | 14. skorupiaki |
| 7. seler | |
| 8. orzechy | |

opracowała Renata Seremak

| | DIETY | 2.07.wtorek | 3.07.środa | 4.07.czwartek | 5.07.piątek | 6.07.sobota |
|-------------|---------------------------|--|---|---|---|---|
| I śniadanie | Normalna | ryż na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | k manna na ml 350ml,filet z indyka faszerowany 40g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | pl jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane,rzodkiewka 50g,roszponka 10g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | makaron na ml 350ml,serek wiejski 150g,pomidor koktajlowy 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | k manna na ml 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek małosolny100g,masło15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |
| | Cukrzyca | kartoflanka 350ml,k krakowska 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | kartoflanka 350ml,filet z indyka faszerowany 40g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | kartoflanka 350ml,2 jajka gotowane,rzodkiewka 50g,roszponka 10g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | kartoflanka 350ml,serek wiejski 150g,pomidor koktajlowy 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | kartoflanka 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek małosolny100g,masło15g, pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |
| | Letkostrawna watrobowa | ryż na ml 350ml,k krakowska 40g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | k manna na ml 350ml,filet z indyka faszerowany 40g,ogórek zielony 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g + pieczywo razowe 50g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | pl jęczmienne na ml 350ml,2 jajka gotowane,rzodkiewka 50g,roszponka 10g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | makaron na ml 350ml,serek wiejski 150g,pomidor koktajlowy 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | k manna na ml 350ml,szynka z beczki 40g,ogórek małosolny100g,masło15g, pieczywo pszenne 100g,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |
| śniadani | | kanapka z ser kanapkowy,sałata,rzodkie wka,jabłko | kanapka z szynką ,rzodkiewka,sałata,jabłko | kanapka z jajkiem,sałata,rzodkiewka,j abłko | kanapka z ser żółty,pomidor,papryka,śilw ka | kanapka z szynką dr,rzodkiewka,sałata,jabłko |
| Obiad | Normalna | kapuśniak lubelski 400g,sznycel dr z pieca 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | łazankowa 400ml,gołąbki piczone po gorlicku w sosie pomidorowym 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | brokułowa 400ml,k schabowy z pieca110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | jarzynowa 400ml,kotlet z jaj 110g,sur z kap kiszzonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) |
| | Cukrzyca | kartoflanka 400g,pierś dr na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | łazankowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | brokułowa 400ml,schab na parze110g,sur z kap pekińskiej z kukurydzą 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | jarzynowa 400ml,dorsz na parze 110g,sur z kap kiszzonej 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7) | rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,kałafior na parze150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) |
| | Letkostrawna watrobowa | kartoflanka 400g,pierś dr na parze 110g,ogórek w sosie koperkowym 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | łazankowa 400ml,pulpet w sosie pomidorowym 110g,sałata wiosenna 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | brokułowa 400ml,schab na parze110g,marchewka got 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) | jarzynowa 400ml,dorsz na parze 110g,sał z pomidora 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,4,6,7) | rosół z makaronem 400ml,udko w potrawce 250g,marchewka mini 150g,ziemniaki 300g,kompot(1,2,3,6,7) |
| wiecz | | nektarynka | banan\cukrzyca jabłko | jabłko | śliwka\cukrzyca sok pomidorowy | banan\cukrzyca jabłko |
| | Normalna | szynka konserwowa 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | k szynkowa 60g,papryka100g,masło15 g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | pasta z dorsza pieczonego 100g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4,10) | połędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |

| | | | | | | |
|---------------|---|--|--|---|--|--|
| Kolacja | Cukrzyca | szynka konserwowa 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | k szynkowa 60g,papryka100g,masło15 g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | pasta z dorsza piezonego 100g,papryka 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4,10) | polędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo mieszane 50g + pieczywo razowe 50g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |
| | Letkostrawna a watrobowa | szynka konserwowa 60g,papryka 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | szynka od szwagra 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,maślanka,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | k szynkowa 60g,papryka100g,masło15 g,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) | pasta z dorsza piezonego 100g,papryka 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,jogurt,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,4,10) | polędwica sopocka 60g,pomidor 100g,masło15g,pieczywo pszenne 100g,kefir,herbata z cytryną 200ml(1,2,3,5,10) |
| Posiłek nocny | Cukrzyca | serek wiejski,masło10g,pieczywo razowe 20g | jajko gotowane,masło10g,pieczywo razowe 20g | indyk w galarecie 40g,masło10g,pieczywo razowe 20g | ser biały 100g,masło10g,pieczywo razowe 20g | indyk w galarecie 40g,masło10g,pieczywo razowe 20g |

Kuchnia zastrzega zmiany w jadłospisie

W nawiasach podano alergeny występujące w danej potrawie

- 1.ziarna zbóż zawierające gluten(pszenica,żyto,jęczmień,owies,orkisz,kamut)
- 2.białka mleka krowiego /produkty pochodzące łącznie z laktozą
- 3.jaja i produkty pochodne
- 4.ryby i produkty pochodne
- 5.dwutlenek siarki i siarczany(E220-228)
- 6.gorczyca i produkty pochodne
- 7.seler
- 8.orzechy

- 9.orzechy ziemne\archaidowe
- 10.soja i produkty pochodne
- 11.sezam
- 12.łubin
- 13.mięczaki
- 14.skorupiaki

opracowała Renata Seremak

| | DIETY | Sobota | Niedziela | Poniedziałek | Wtorek |
|--------------|---------------|---|---|---|--|
| I śniadanie | Normalna | płatki ryżowe na ml.kiełbasa szynkowa30g, masło 10g, pieczywo300g, herbata | płatki jęczmienne na ml.szynka30g,masło 10g, pieczywo300g,herbata | zacierki na ml,serek waniliowy60g, masło 10g, pieczywo300g,herbata | ryż na ml,kiełbasa mielonka30g,masło 10g, pieczywo300g,herbata |
| | Wątrobow | płatki ryżowe na ml.kiełbasa szynkowa30g, masło 10g, bułka300g herbata | płatki jęczmienne na ml.szynka30g,masło 10g bułka300g,herbata | zacierki na ml,serek waniliowy60g, masło 10g, bułka300g, herbata | ryż na ml.filet z indyka30g, masło 10g, bułka300g,herbata |
| | Cukrzyca | płatki ryżowe na ml.kiełbasa szynkowa30g, masło 10g, pieczywo razowe,herbata gorzka | płatki jęczmienne na ml szynka 30g,masło 10g pieczywo mieszane300g,herbata gorzka | zacierki na ml, ser biały 60g,masło 10g, pieczywo mieszane300g,herbata gorzka | ryż na ml,filet z indyka30g,masło 10g, pieczywo razowe300g,herbata gorzka |
| II śniadanie | Dzieci Cukrzy | kanapka z serem żółtym i pomidorem dzieci+marchewka | kanapka z kieł.szynkową i rzodkiewką, dzieci+jabłko | kanapka z szynką i pomidorem dzieci+jabłko | kanapka z serem żółtymi pomidorem, dzieci+marchewka |
| Obiad | Normalna | krupnik, pieczeń wieprzowa w sosie własnym, ogórek kiszony, makaron, kompot | rosół z makaronem, udko w potrawce, buraczki, ziemniaki, kompot | brokułowa, kotlet schabowy, sałata lodowa w sosie ogrodowym, ziemniaki, kompot | barszcz ukraiński, gulasz wieprzowy, sał. z ogórka kiszonego i cebuli, kasza gryczana, kompot |
| | Wątrobow | krupnik, pulpet w sosie, brokuły, makaron, kompot | rosół z makaronem, udko w potrawce, buraczki, ziemniaki, kompot | brokułowa bez śmietany, schab w sosie, marchewka got., ziemniaki, kompot | jarzynowa dietetyczna, gulasz gotowany, szpinak, kasza jęczmienna, kompot |
| | Cukrzyca | krupnik, pulpet got. ogórek kiszony, ziemniaki, kompot | rosół z makaronem, udko w potrawce, buraczki, ziemniaki, kompot | brokułowa bez śmietany, schab got. sałata lodowa w sosie ogrodowym, ziemniaki, kompot | jarzynowa dietetyczna, gulasz gotowany, sał. z ogórka kiszonego i cebuli, kasza jęczmienna, kompot |
| Podwieczorek | Dzieci | miś lubiś | wafelki 50g, kisiel | bułka chałka z nutellą mleko | serek bakuś |
| Kolacja | Normalna | fantazja drobiowa 50g, masło 10g pieczywo 300g, herbata | schab w majeranku 50g masło 10g pieczywo 300g, herbata | pieczeń wiedeńska 50g, masło 10g, pieczywo 300g, herbata | kiełbasa szynkowa 50g, masło 10g, pieczywo 300g, herbata |
| | Wątrobow | fantazja drobiowa 50g, masło 10g bułka 300g, herbata | schab w majeranku 50g masło 10g bułka 300g, herbata | połędwica drobiowa 50g, masło 10g bułka 300g, herbata | kiełbasa szynkowa 50g, masło 10g, bułka 300g, herbata |
| | Cukrzyca | fantazja drobiowa 50g, masło 10g, pieczywo razowe 300g, herbata gorzka | schab w majeranku 50g, masło 10g, pieczywo razowe 300g, herbata gorzka | połędwica drobiowa 50g, masło 10g pieczywo mieszane 300g, herbata gorzka | kiełbasa szynkowa 50g, masło 10g, pieczywo 300g, herbata gorzka |
| | Cukrzyca | indyk w galarecie 40g, masło 10g, pieczywo 200g | szynka drobiowa 40g, masło 10g pieczywo 200g | jajko gotowane masło 10g pieczywo razowe 200g | ser biały 70g, masło 10g pieczywo 200g |

Środa

płatki owsiane na
ml.szynka30g,masło10gpi
eczywo300g,herbata

płatki owsiane na
ml.szynka30g,masło10gb
ułka300g,herbata

płatki owsiane
naml,szynka30g,
masło10g,pieczywo
mieszane 300g,herbata
gorzka

kanapka zszynką
drobiową i rzodkiewką
dzieci+ jabłko

pomidorowa z
makaronem,befsztyk
wp.mielony,sur.z kap.
pekińskiej,ziemniaki,komp
ot

kartoflanka z
makaronem,klopsik
gotowany,brokuły,ziemnia
ki,kompot

kartoflanka,klopsik
got,sur.z
kap.pekińskiej,ziemniaki,k
ompot

banan

ser biały80g masło10g
pieczywo300g,herbata

ser biały80g,masło10g,
bułka300g,herbata

ser biały80g,masło10g,
pieczywo
razowe300g,herbata
gorzka

połędwica
drobiowa40g,masło10gpie
czywo200g