

PONIEDZIAŁEK

DZIEŃ WOLNY OD ZAJĘĆ LEKCYJNYCH

WTOREK

ŚNIADANIE: PIECZYWO RAZOWE LUB PEŁNOZIARNISTE Z MASŁEM, SAŁATĄ, SERKIEM TWAROGOWYM, POMIDOREM I RZODKIEWKĄ, SUROWY OWOC, HERBATA LUB KAWA ZBOŻOWA 200 ML (1, 7) 258 KCAL

OBIAD:

- ŻUREK PO STAROPOLSKU Z ZIEMNIAKAMI, MIĘSEM I ZIOŁAMI (1, 3, 7, 9) 230 KCAL

- MAKARON PEŁNOZIRNISTY Z SOSEM POMIDOROWO-ZIOŁOWYM Z CIECIORKĄ I TARTYM PARMEZANEM, MIX SAŁAT, KALAREPA DO POCHRUPANIA, KOMPOT WIELOOWOCOWY 200 ML (1,3,7) 474 KCAL

ŚRODA

ŚNIADANIE: PIECZYWO RAZOWE LUB PEŁNOZIARNISTE Z MASŁEM, SAŁATĄ, ŻÓŁTYM SEREM, POMIDOREM I OGÓRKIEM, SUROWY OWOC, HERBATA LUB KAWA ZBOŻOWA 200 ML (1, 7) 258 KCAL

OBIAD:

- ROSÓŁ Z MAKARONEM NITKI Z LUBCZYKIEM, MARCHEWKĄ I PIETRUSZKĄ (1, 3, 7, 9) 227 KCAL

- PANIEROWANY KOTLET SCHABOWY, PUREE Z GOTOWANYCH ZIEMNIAKÓW Z KOPERKIEM I MASEŁKIEM, SURÓWKA Z MODREJ KAPUSTY Z WARZYWAMI I ZIELENINĄ, KOMPOT WIELOOWOCOWY 200 ML (1, 3, 7, 9) 484 KCAL

CZWARTEK

ŚNIADANIE: PIECZYWO RAZOWE LUB PEŁNOZIARNISTE Z MASŁEM, SAŁATĄ, PASTĄ Z SOCZEWICY, POMIDOREM I OGÓRKIEM, SUROWY OWOC, HERBATA LUB KAWA ZBOŻOWA 200 ML (1,7) 258KCAL

OBIAD:

- ZUPA DYNIOWO – MARCHEWKOWA Z MAKARONEM (1,7,9) 223 KCAL

- DUSZONA PIECZEŃ WIEPRZOWA W CIEMNYM SOSIE, GOTOWANE ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM I MASEŁKIEM, SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ Z WARZYWAMI SEZONOWYMI, KOMPOT WIELOOWOCOWY Z SEZONOWYCH OWOCÓW 200 ML (1, 3, 7, 9) 476 KCAL

PIĄTEK

ŚNIADANIE: PIECZYWO RAZOWE LUB PEŁNOZIARNISTE Z MASŁEM, SAŁATĄ, GOTOWANYM JAJKIEM, PAPRYKĄ, OGÓRKIEM I SZCZYPIORKIEM, SUROWY OWOC, HERBATA LUB KAWA ZBOŻOWA 200 ML (1, 3, 7) 258 KCAL

OBIAD:

- ZUPA BARSZCZ Z MAKARONEM I PIETRUSZKĄ (1, 7, 9) 229 KCAL

- NALEŚNIKI ZE SEREM TWAROGOWYM Z BRZOSKWINIĄ LUB Z OWOCAMI (MALINA, TRUSKAWKA, BANAN), MARCHEWKA DO CHRUPANIA, WODA Z MIĘTĄ I CYTRYNĄ 200 ML (1, 3, 7) 474 KCAL

NIEOBECNOŚĆ DZIECKA NA OBIEDZIE (POWYŻEJ JEDNEGO DNIA) JAK I REZERWACJE POSILKÓW ZGLASZAMY DO GODZINY 8.00 DANEGO DNIA LUB W DNI POPRZEDZAJĄCE NIEOBECNOŚĆ.
NASZE MENU JEST POD ŚCISŁĄ OPIEKĄ SPECJALISTY, DIETETYKA – AUDIATOR ZINTEGROWANYCH SYSTEMÓW GHP, GMP I HACCP. (1,2,3...) ALERGENY. WARTOŚĆ ENERGETYCZNA JEDNEJ PORCJI OBIADU (200G) – SUMA KCAL CAŁEGO ZESTAWU.
MIESZANKA ZIOŁ (BAZYLIA, OREGANO, TYMIANEK, ZIOŁA PROWANSALSKIE, ITP.)
MIESZANKA WARZYW (CO NAJMNIEJ 3 RODZAJE WARZYW)
ZABIELANIE JOGURTEM NATURALNYM
TEL . KONTAKTOWY 889 360 513 MENU WAŻNE 13-16.11.2018