|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | **ŚNIADANIE** | **GRAM** | **OBIAD** | **GRAM** | **PODWIECZOREK** | **GRAM** | **KALORIE** | **UWAGI** |
| **PONIEDZIAŁEK** **05.12****ALERGENY:** | **1.serek śmietankowy****2.szczypiorek****3.masło****4.bułka mieszana****5.kakao****6.owoce**  | **B –****T –****W -** | **1.rosół z makaronem****2.potrawka****3.kasza kuskus****4.ogórek kiszony****5.woda z cytryną** | **B –****T –****W -** | **1.płatki miodowe na mleku****2.owoce** | **B –****T –****W -** | **Ś –****O –****P -** |  |
| **WTOREK** **06.12****ALERGENY:** | **1.kiełbasa żywiecka****2.sałata****3.papryka****4.masło****5.chleb mieszany****6.kawa biała****7.owoce**  | **B –** **T –** **W -** | **1.krem marchewkowy z**  **groszkiem ptysiowym****2.podudzia z kurczaka pieczone****3.ryż****3.surówka colesław****4.napój owocowy** | **B –** **T –** **W -** | **1.racuszki z cukrem pudrem****2.mleko** | **B –** **T –** **W -** | **Ś –** **O –** **P -** |  |
| **ŚRODA****07.12****ALERGENY:** | **1.polędwica sopocka****2.sałata****3.pomidor****4.masło****5.chleb mieszany****6.kawa inka****7.owoce** | **B –** **T –** **W -** | **1.krupnik z kaszą jęczmienną****2.leniwe z masłem i bułką** **tartą****3.marchewka z jabłkiem** **4.kompot** | **B –** **T –** **W -** | **1.jajko w sosie jogurtowym****2.chleb****3.bawarka**  | **B –** **T –** **W -** | **Ś –** **O –** **P -** |  |
| **CZWARTEK****08.12****ALERGENY:** | **1.dżem truskawkowy****2.masło****3.bułka****4.płatki kukurydziane na** **mleku****5.owoce** | **B –** **T –** **W -** | **1.zupa grochowa****2.kotlet mielony****3.ziemniaki****4.buraczki zasmażane****5.woda z cytryną** | **B –** **T –** **W -** | **1 .galaretka****2.biszkopty**  | **B –** **T –** **W -** | **Ś –** **O –** **P -** |  |
| **PIĄTEK****09.12****ALERGENY:** | **1.pasta z makreli i jajka****2.ogórek kiszony****3.masło****4.chleb****5.herbata z cytyną****6.owoce** | **B –** **T –** **W -** | **1.zupa ogórkowa****2.makaron z sosem owocowym****3.napój owocowy** | **B –** **T –** **W -** | **1.serek waniliowy**  | **B –** **T –** **W -** | **Ś –** **O –** **P -** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | **ŚNIADANIE** | **GRAM** | **OBIAD** | **GRAM** | **PODWIECZOREK** | **GRAM** | **KALORIE** | **UWAGI** |
| **PONIEDZIAŁEK** **12.12****ALERGENY:** | **1.pasta mięsna z natką pietr.****2.ogórek kiszony****3.masło****4.chleb mieszany****5.kakao****6.owoce** | **B –****T –****W -** | **1.zupa szczawiowa z jajkiem****2.naleśniki z serem i musem** **truskawkowym****3.kompot**  | **B –****T –****W -** | **1.płatki jęczmienne na mleku****2.owoce** | **B –****T –****W -** | **Ś –****O –****P -** |  |
| **WTOREK** **13.12****ALERGENY:** | **1.jajko na sałacie****2.keczup****3.masło****4.chleb****5.kawa inka****6.owoce** | **B –** **T –** **W -** | **1.zupa wiejska****2.kotlet z fileta indyka****3.ryż****3.marchewka na parze****4.woda z cytryną** | **B –** **T –** **W -** | **1.chałka z masłem****2.mleko**  | **B –** **T –** **W -** | **Ś –** **O –** **P -** |  |
| **ŚRODA** **14.12****ALERGENY:** | **1.polędwica sopocka****2.papryka****3.rukola****4.masło****5.chleb mieszany****6.bawarka****7.owoce** | **B –** **T –** **W -** | **1.zupa neapolitańska****2.kopytka z kurkumą****3.surówka z czerwonej kapusty****4.napój owocowy** | **B –** **T –** **W -** | **1.budyń śmietankowy****2.herbatniki** | **B –** **T –** **W -** | **Ś –** **O –** **P -** |  |
| **CZWARTEK** **15.12****ALERGENY:** | **1.ser żółty****2.rzodkiewka****3.masło****4.bułka mieszana****5.kakao****6.owoce** | **B –** **T –** **W -** | **1.zupa kalafiorowa****2.gulasz****3.kasza gryczana****4.ogórek kiszony****5.kompot** | **B –** **T –** **W -** | **1.sałatka makaronowa z** **szynką,og.zielonym i** **kukurydzą** **2.herbata owocowa** | **B –** **T –** **W -** | **Ś –** **O –** **P -** |  |
| **PIĄTEK** **16.12****ALERGENY:** | **1.miód****2.masło****3.bułka****4.mleko****5.owoce** | **B –** **T –** **W -** | **1.zupa królewska****2.klopsik rybny pieczony****3.ziemniaki****4.surówka z kiszonej kapusty****5.woda z cytryną** | **B –** **T –** **W -** | **1.soczek****2.chrupki kukurydziane** | **B –** **T –** **W -** | **Ś –** **O –** **P -** |  |

**SPORZĄDZIŁ: INTENDENT: ZATRIERDZIŁ:**

**SZEF KUCHNI – EMILIA SZUSTOWICZ TERESA HRYCIUK**