

MENU MARZEC 2018 r.

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	KALORIE
01.03.2018 (czwartek)	Kawa z mlekiem, bułka maślana z dżemem <i>Mąka pszenna, masło, mleko, zboża</i>	Rosółowa z ryżem <i>Seler,</i>	Pieczeń z karkówki, kasza, surówka colesław sok <i>Mąka pszenna, zboża</i>	807 kcal
02.03.2018 (piątek)	Herbata owocowa, kolorowe kanapki - chleb, jajko, wędlina, pomidor, ogórek, żółty ser <i>Mąka pszenna, masło, mleko, jajko</i>	Ogórkowa <i>Seler, śmietana</i>	Placki ziemniaczane, owoc, sok <i>Jajka, mąka pszenna</i>	706 kcal
DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	KALORIE
05.03.2018 (poniedziałek)	Herbata z cytryną, chleb z wędliną <i>Mąka pszenna, masło, cytrusy</i>	Krupnik <i>Śmietana, zboża, seler</i>	Naleśniki z serem i dżemem, sok <i>Mąka pszenna, jajka, mleko</i>	601 kcal
06.03.2018 (wtorek)	Zupa mleczna, chleb z nutellą <i>Mąka pszenna, masło, mleko, orzechy, kakao</i>	Pomidorowa <i>mąka pszenna, jajka, śmietana, seler</i>	Kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej, woda <i>Mąka pszenna, jajka,</i>	710 kcal
07.03.2018 (środa)	Kakao, bułka z jajkiem <i>Mleko, mąka pszenna, masło, jajka kakao</i>	Jarzynowa <i>Seler, śmietana,</i>	Pieczone udka drobiowe, ziemniaki, surówka z marchewki z jabłkiem, woda <i>Śmietana</i>	715 kcal
08.03.2018 (czwartek)	Kawa z mlekiem, chleb z pastą szynkową <i>Mąka pszenna, masło, mleko,</i>	Porowa <i>Seler, mąka pszenna, śmietana</i>	Kotlet mielony, ziemniaki, buraczki, sok <i>Mąka pszenna, jajka,</i>	680 kcal
09.03.2018 (piątek)	Herbata owocowa, chleb z twarogiem <i>Mąka pszenna, masło, mleko</i>	Owocowa z makaronem <i>mąka pszenna, jajka, śmietana</i>	Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty, sok <i>Mąka pszenna, śmietana, jajko</i>	654 kcal

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	KALORIE
12.03.2018 (poniedziałek)	Kakao, chleb z żółtym serem i pomidorem <i>Mleko, mąka pszenna, masło, orzechy</i>	Rosół z makronem <i>Seler, mąka pszenna, jajka</i>	Kurczak z warzywami i ryżem, sok	702 kcal
13.03.2018 (wtorek)	Herbata owocowa, kolorowe kanapki – chleb, jajko, wędlina, pomidor, ogórek, żółty ser <i>Mąka pszenna, masło, mleko, jajko</i>	Żurek <i>Seler, śmietana, mąka pszenna, jajko</i>	Pierogi ruskie, woda <i>Mąka pszenna, jajka, mleko</i>	675 kcal
14.03.2018 (środa)	Kawa z mlekiem, rogal z masłem <i>Mąka pszenna, mleko, jajko, zboża</i>	Ogórkowa <i>Seler, śmietana</i>	Kotlet devolaile z serem, ziemniaki, mizeria, sok <i>Mąka pszenna, mleko,</i>	711 kcal
15.03.2018 (czwartek)	Herbata z cytryną, chleb, parówki z ketchupem <i>Mąka pszenna, masło,</i>	Fasolowa <i>Seler, śmietana, fasola</i>	Krokiety z serem i pieczarkami, woda <i>Mąka pszenna, jajko, śmietana</i>	692 kcal
16.03.2018 (piątek)	Herbata z cytryną, chleb, jajecznicza <i>Mąka pszenna, mleko, cytrusy, jajko</i>	Kapuśniak <i>Seler,</i>	Wątróbka z cebulką, ziemniaki, ogórek korniszon, sok <i>Jajka, śmietana, mąka pszenna, jajko, pieczarki</i>	654 kcal

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	KALORIE
19.03.2018 (poniedziałek)	Płatki z mlekiem, chleb z dżemem <i>Mleko, mąka pszenna,</i>	Kalafiorowa <i>Mąka pszenna, jajko, śmietana</i>	Pulpety w sosie, ryż, sałatka z kiszzonej kapusty, sok <i>Jajka, mąka pszenna,</i>	587 kcal
20.03.2018 (wtorek)	Herbata owocowa, bułka z pastą z twarogu i dżemu <i>Mąka pszenna, masło,</i>	Brokułowa z makaronem <i>Seler, śmietana, mąka pszenna, jajko</i>	Karkówka pieczona, ziemniaki, buraczki	834 kcal
21.03.2018 (środa)	Kawa z mlekiem, rogal z masłem <i>Mąka pszenna, masło, mleko, zboża, ryby</i>	Żurek <i>śmietana, seler</i>	Kotlet jajeczny, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej <i>Mąka pszenna, jajko</i>	712 kcal
22.03.2018 (czwartek)	Herbata z cytryną, chleb z wędliną i ogórkiem <i>Mąka pszenna, masło, mleko,</i>	Rosół z makaronem <i>Seler, śmietana, mąka pszenna, jajko</i>	Kotlet mielony, ziemniaki, surówka z białej kapusty i pora, woda <i>Mąka pszenna, jajko</i>	695 kcal
23.03.2018 (piątek)	Zupa mleczna, chleb z dżemem <i>Mąka pszenna, mleko, jajka, cytrusy</i>	Grochowa <i>Seler, śmietana, mąka pszenna, groch</i>	Leniwe i marchewka z jabłkiem, sok <i>Jajka, mąka pszenna</i>	786 kcal

DATA	ŚNIADANIE	ZUPA	II DANIE	KALORIE
26.03.2018 (poniedziałek)	Herbata z cytryną, chleb z pasztetem i ogórkiem <i>Mleko, mąka pszenna, masło, cytrusy</i>	Pomidorowa z ryżem <i>Seler, mąka pszenna, jajko</i>	Gulasz, kasza, buraczki, woda <i>Zboża, mąka pszenna</i>	684 kcal
27.03.2018 (wtorek)	Herbata owocowa, bułka z dżemem <i>Mąka pszenna, masło,</i>	Ogórkowa <i>Seler, śmietana,</i>	Fasolka po bretońsku, sok <i>Seler, fasola</i>	703 kcal
28.03.2018 (środa)	Kakao, racuchy <i>Mąka pszenna, jajko, mleko,</i>	Szczawiowa z jajkiem <i>Mąka pszenna, śmietana, jajko</i>	Placki ziemniaczane, owoc, woda <i>Mąka pszenna, jajko</i>	697 kcal
29.03.2018 (czwartek)	Herbata owocowa, kolorowe kanapki - chleb, jajko, wędlina, pomidor, ogórek, żółty ser <i>Mąka pszenna, masło, mleko, jajko</i>	Rosołowa z ryżem <i>Seler,</i>	Kluski śląskie z sosem pieczarkowym, sok <i>Mąka pszenna, jajko,</i>	798 kcal
30.03.2018 (piątek)	Kawa z mlekiem, bułka z pastą jajeczną <i>Mąka pszenna, masło, mleko, zboża</i>	Jarzynowa <i>Seler, śmietana</i>	Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty, sok <i>Jajka, mąka pszenna</i>	845 kcal