

	Poniedziałek 30-01	Wtorek 31-01	Środa 01-02	Czwartek 02-02	Piątek 03-02
Zupa			Burakowa BZML/BZG [9] 300 ml	Krupnik jaglany [9] 300 ml BZML/BZG	Pomidorowa z makaronem 350 ml bzgl/bzml [9]
Danie główne			Makaron spaghetti 130g mięśno-warzywne 130g [1,3,7,9]	Gyros drobiowy 130g kasza bulgur 130g surówka z kapusty pekińskiej, ogórka kiszzonego i kukurydzy 70g [1,6,7,9,10]	Filet z dorsza w cieście naleśnikowym 90g ziemniaki 130g surówka z marchewki i ananasa 70g [1,3,4,6,7]
Danie główne Dietetyczne			Makaron bezglutenowy 130g sos boloński z warzywami 130g [3,9]	Gyros drobiowy, kasza gryczana, surówka z kapusty pekińskiej, ogórka kiszzonego i kukurydzy. [6,9,10]	Pieczony filet z dorsza 90g, ziemniaki 130g, surówka z marchewki i ananasa 70gn[4,6]
Danie główne wege			Makaron spaghetti 130g sos napoli z warzywami 130g [1,3,7,9]	Ratatouille warzywne , kasza bulgur, surówka z kapusty pekińskiej, ogórka kiszzonego i kukurydzy. [1,3,6,7,9,10]	Naleśniki z serem, polewa owocowa
Podwieczorek			Ciasto dyniowe [1,3]	Rogalik z konfiturą [1,7]	Shake bananowy, wafle ryżowe [7]
Podwieczorek Dietetyczny			Podwieczorek dietetyczny	Podwieczorek dietetyczny	Podwieczorek dietetyczny
	Poniedziałek 06-02	Wtorek 07-02	Środa 08-02	Czwartek 09-02	Piątek 10-02
Zupa	Szczawiowa 300 ml [1,7,9]	Barszcz biały 300 ml [1,6,7,9]	Ogórkowa 300 ml [6,7,9]	Rosół z makaronem 350 ml bzml/bzgl [9]	Pomidorowa z ryżem 350 ml [1,7,9]
Danie główne	Makaron rurki 130g kurczak w sosie śmietanowo- brokułowym 130g [1,3,6,7]	Kotlet pożarski 90g ziemniaki 130g buraki na ciepło 70g [1,3,6,7]	Bitka w sosie własnym 90g kasza jęczmienna 130g surówka z białej kapusty i świeżych warzyw 70g [1,6,7]	Indyk w sosie słodko-kwaśnym 130g ryż 130g koleślaw 70g [1,3,6,7]	Filet z dorsza w panierce ziemniaki kolorowe warzywa na parze [1,3,4,6,7,9]
Danie główne Dietetyczne	Makaron bezglutenowy 130g kurczak w sosie brokułowym 130g [3,6]	Kotlet pożarski 90g ziemniaki 130g buraki na ciepło 70g [3,6]	Bitka w sosie własnym 90g kasza gryczana 130g surówka z białej kapusty i świeżych warzyw 70g [6]	Indyk w sosie dietetycznym 130g ryż 130g koleślaw 70g [6,9]	Pieczony filet z dorsza 90g ziemniaki 120g kolorowe warzywa na parze [4,9]
Danie główne wege	Makaron rurki 130g sos śmietanowo – serowy 130g [1,3,7]	Kotlet z kalafiora 90g ziemniaki 130g buraki na ciepło 70g [1,3,6,7,9]	Leczo warzywne 100g kasza jęczmienna 130g [1,6,7,9]	Ryż z prażonym jabłkiem i jogurtem cynamonowym [7]	Makaron rurki 130g twarożek, polewa truskawkowa 150g [1,3,7]
podwieczorek	Ciasto czekoladowe [1,3]	Pudding waniliowy z musem owocowym [7]	Ciasto marchewkowe [1,3]	Jogurt naturalny z chia [7]	Chałka [1,3,7]
Podwieczorek Dietetyczny	Podwieczorek dietetyczny	Podwieczorek dietetyczny	Podwieczorek dietetyczny	Podwieczorek dietetyczny	Podwieczorek dietetyczny

Menu luty 2023 – SP 9

	Poniedziałek 27-02	Wtorek 28-02			
Zupa	Kalafiorowa 300 ml bzml/bzgl 6,9	Grochowa 300 ml			
Danie główne	Ryż 130g kolorowy kociołek (cukinia, fasolka szparagowa, dynia, kurczak) 140g 1,6,7,9	Sznyceł w słonecznej panierce 90g ziemniaki 130g buraki na ciepło 80g 1, 3, 7, 9			
Danie główne Dietetyczne	Ryż 130g kolorowy kociołek (cukinia, fasolka szparagowa, dynia, kurczak) 140g 6, 9	Pieczony sznyceł 90g ziemniaki 130g buraki na ciepło 80g 3			
Danie główne wege	Ryż 130g kolorowy kociołek (cukinia, fasolka szparagowa, dynia,) 1,6,7,9	Kotlet warzywny 90g ziemniaki 130g buraki na ciepło 80g 1, 3, 7, 9			
Podwieczorek	Jogurt naturalny z domową granolą i musem owocowym 7,5,8	Rogalik z konfiturą 1,3,7			
Podwieczorek Dietetyczny	Podwieczorek dietetyczny	Podwieczorek dietetyczny			