

Plan ŻYWIENIOWY



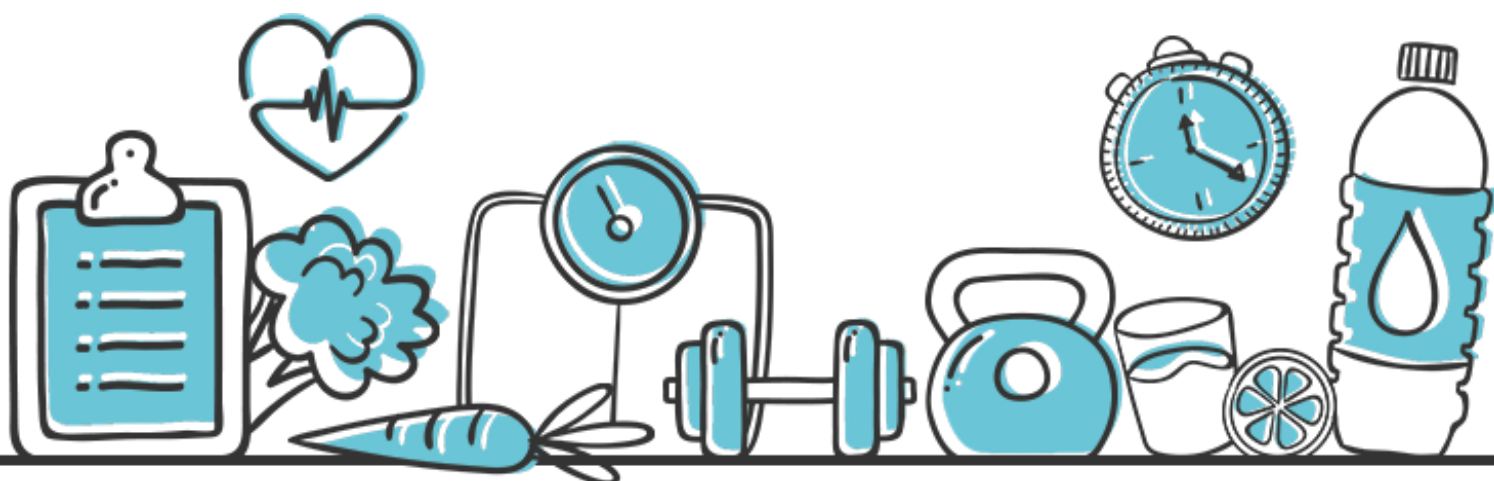
Klasa od 1



11.02.2019 – 01.03.2019



MAGDALENA ŁOSTOWSKA-DIETETYK





Poniedziałek (11.02.2019)	Wtorek (12.02.2019)	Środa (13.02.2019)	Czwartek (14.02.2019)	Piątek (15.02.2019)
Zupa	Zupa	Zupa	Zupa	Zupa
Zupa ryżanka	Zupa marchewkowo-porowa z ziemniakami	Barszcz czerwony z ziemniakami	Zupa kalafiorowa	Zupa pieczarkowa z makaronem
Drugie danie	Drugie danie	Drugie danie	Drugie danie	Drugie danie
Spaghetti z sosem bolognese	Potrąwka z kurczaka z ryżem	Klopsy wieprzowe z kaszą jęczmienną	Makaron z twarożkiem i polewą owocową	Kotlet jajeczny z puree ziemniaczanym
Surówka	Surówka	Surówka	Surówka	Surówka
Surówka z kiszzonego ogórka	Surówka z białej kapusty	Mizeria		Surówka z marchewki
Napój	Napój	Napój	Napój	Napój
Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy	Lemoniada	Herbata malinowa	Kompot wieloowocowy



Poniedziałek (18.02.2019)	Wtorek (19.02.2019)	Środa (20.02.2019)	Czwartek (21.02.2019)	Piątek (22.02.2019)
Zupa	Zupa	Zupa	Zupa	Zupa
Zupa jarzynowa	Zupa pomidorowa z makaronem	Zupa brokułowa z ziemniakami	Rosół z makaronem	Żurek z ziemniakami
Drugie danie	Drugie danie	Drugie danie	Drugie danie	Drugie danie
Łupki-chrupki – kotlety z kurczaka w panierce z płatków kukurydzianych	Kluski śląskie z sosem pieczarkowym	Kotlet schabowy, ziemniaki podpiekane	Gulasz z indyka z warzywami, kasza gryczana	Kotlet rybny, ziemniaki
Surówka	Surówka	Surówka	Surówka	Surówka
Buraczki z jabłkiem	Marchewka i pietruszka grillowane z tymiankiem	Surówka Colestław	Surówka z selera	Surówka z kapusty kiszzonej
Napój	Napój	Napój	Napój	Napój
Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy	Herbata owocowa	Lemoniada z miętą	Kompot wieloowocowy



Poniedziałek (25.02.2019)	Wtorek (26.02.2019)	Środa (27.02.2019)	Czwartek(28.02.2019)	Piątek(01.03.2019)
Zupa	Zupa	Zupa	Zupa	Zupa
Zupa grochowa z makaronem	Krem z białych warzyw	Zupa zacierkowa	Krupnik	Zupa ogórkowa
Drugie danie	Drugie danie	Drugie danie	Drugie danie	
Bitki wieprzowe kaszą jęczmienną	Gołąbek w sosie pomidorowym, ziemniaki	Naleśniki zapiekane z mięsem mielonym, mozzarellą i sosem pomidorowym	Roladki drobiowe ze szpinakiem	Makaron z truskawkami i twarogiem
Surówka	Surówka	Surówka	Surówka	
Surówka z kiszonych ogórków	Surówka wielowarzywna		Marchewka na ciepło z groszkiem	
Napój	Napój	Napój	Napój	
Kompot wieloowocowy	Herbata owocowa	Kompot wieloowocowy	Lemoniada	Herbata z cytryną i miodem

