|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | **ŚNIADANIE** | **OBIAD** | **PODWIECZOREK** |
| **09.06.21**  **Śr.** | **Pieczywo65g,masło10g,twarożek z rzodkiewką 30g.**  **Kakao 200ml.**  **II-ogórek świeży 40g**  **1,7,11** | **Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml.Natka3g.Kotlet rybny 70g.kasza jęczmienna 120g,surówka z kapusty kiszonej 100g. Kompot200ml.**  **4,7,9,10** | **Jabłko 1szt,** |
| **10.06.21**  **Czw.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g.Herbata z cytryna 200ml.**  **II –sok owocowy 100ml**  **1,3,7,11** | **Zupa koperkowa z ziemniakami300ml. Koperek 6g.Zapiekanka makaronowa ze szpinakiem250g(makaron 130g. szpinak50g,ser żółty20g ,szynka 20g). Kompot 200ml.**  **1,7,9,10** | **Kisiel truskawkowy 150g,**  **Pałki kukurydziane 2 szt.**  **Marchewka 40g.** |
| **11.06.21**  **Pt.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g,miód 15g, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml.**  **Herbata z cytryną 50ml.**  **II- arbuz 40g.**  **1,7,11** | **Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml.Natka Leczo warzywne250g.(pomidor ,papryka, cukinia, cebula ,kiełbasa podwawelska)ryż 120g. Kompot 200ml. 1,3,7,9** | **Koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek150g.**  **1,7** |
| **14.06.21**  **Pon.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g,polędwica 20g,sałata, pomidor 20g.**  **Kawa z mlekiem200ml.**  **II-gruszka 1/2szt 1,7,11** | **Zalewajka z ziemniakami i kiełbasą300ml.Koperek3g.Naleśnik 1szt.z serem białym50g,i musem truskawkowym100g. Kompot**  **200ml.1,7,9** | **1/2grahamki z masłem 6g, dżem15g.**  **Herbata rumiankowa z miodem 200ml.**  **1,7** |
| **15.06.21**  **Wt.** | **Pieczywo mieszane65g, masło10g,ser żółty20g. ogórek 15g.**  **Kawa z mlekiem200ml.**  **II-kalarepka 40g .**  **1,7,11** | **Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami300ml.Natka 3g.Kotlet mielony 70g,ziemniaki150g,surówka z kiszonej kapusty i oliwy z oliwek100g.Kompot 200ml.**  **1,3,4,9** | **Sałatka owocowa 150g.**  **(arbuz, jabłko, banan)**  **Pałki kukurydziane 2szt.** |
| **16.06.21**  **Śr.** | **Pieczywo mieszane65g,jajko gotowane ½ szt, sałata, pomidor20g**  **Kakao z mlekiem 200ml.Herbata z cytryną 50ml.**  **II – maślanka 100ml 1,3,7,11** | **Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml. Natka 3g. Łazanki z kapustą i mięsem200g.Kompot 200ml.**  **1,7,9** | **Ryż zapiekany z jabłkami 180g. Herbata rumiankowa lekko słodzona 150ml.** |
| **17.06.21**  **Czw.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g,miód 15g,zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml.**  **Herbata z cytryną50ml.**  **II – kefir 100ml 1,7,11** | **Zupa soczewicowa z ziemniakami 300ml. Natka 3g.Gulasz z indyka 150g,kasza pęczak 130g,mizeria 100g.**  **Kompot200ml.**  **1,7,9** | **Kanapka 1 szt. z masłem, sałatą, szynka 20g.**  **Herbata 150ml.**  **Jabłko ½ szt.**  **1,7,11** |
| **18.06.21**  **Pt.** | **Pieczywo mieszane 65g ,masło 10g,filet z indyka20g ,rzodkiewka 15g.**  **Kawa z mlekiem200ml.**  **II-ogórek świeży40g.**  **1,7,11** | **Kapuśniak z ziemniakami300m.**  **Koperek 3g.Pierogi z serem białym 50g i polewą jogurtowo-truskawkową 50g. Marchewka do chrupania40g.**  **Kompot 200ml. 1,3,7,9** | **Chipsy owocowe 18g .1szt.** |
| **21.06.21**  **Pon.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g,twarożek ze szczypiorkiem30g.Kakao z mlekiem200ml.**  **II- jabłko1/2szt 1,7,11** | **Zupa pomidorowa z makaronem 300ml.Natka 3g.Kotlet rybny 70g,ziemniaki 150g,sałatka z buraków100g.Kompot 200ml.**  **1,3,4,7,9** | **Słupki warzywne z jogurtem50g.(ogórek, papryka, marchewka)150g.**  **7** |
| **22.06.21**  **Wt.** | **Pieczywo mieszane 65g ,masło 10g,pasta z makreli i ogórka 30g. Herbata z cytryną lekko słodzona200ml.**  **II – marchewka 40g.**  **1,4,7,11** | **Zupa neapolitańska z makaronem300ml. Natka 3g**  **Jajko 1 szt.w sosie koperkowo-cytrynowym 70g,ziemniaki 150g,sałatka z czerwonej kapusty i pestki słonecznika 100g.**  **Kompot 200ml.**  **1,3,7,11** | **Budyń czekoladowy 150g,**  **Kalarepka 40g.**  **7** |

**Woda dla dzieci do picia jest dostępna non stop na życzenie dziecka.**