

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 12.09.2022poniedziałek | Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywnym 250 ml, 320 kcalPulpeciki warzywne w sosie koperkowym 160gRyż biały gotowany 250gSurówka z białej kapusty 100g,700 kcalWoda 200 ml | 19.09.2022poniedziałek | Zupa barszcz ukraiński na wywarze warzywnym 250 ml, 310 kcalLeczo warzywne 160gRyż biały gotowany 250gGroszek z marchewką oprószaną 100g720 kcalWoda 200 ml |
| 13.09.2022wtorek | Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym 250 ml, 320 kcalFaszerowane pieczarki 160gZiemniaki puree 250gSurówka z marchewki z jogurtem naturalnym 100g,800 kcalWoda 200 ml | **20.09.2022****wtorek** | Zupa z soczewicy z groszkiem ptysiowym 250 ml, 300 kcalGołąbki wegetariańskie w sosie pomidorowym 160gZiemniaki z wody 250gSurówka z ogórka kiszonego 100g,730 kcalWoda 200 ml |
| 14.09.2022środa | Krem kalafiorowy na wywarze warzywnym z grzankami 250 ml, 350 kcalPierogi leniwe z cynamonem i jogurtem naturalnym 520g,700 kcalWoda 200 ml | **21.09.2022****środa** | Krem z cukinii 250ml, 330 kcalNaleśniki z twarogiem z jogurtem naturalnym i musem z malin 500g, 680 kcalWoda 200 ml |
| 15.09.2022czwartek | Zupa brokułowa na wywarze warzywnym 250ml, 310 kcalPilaw warzywny z pieczarkami i papryką 160gKasza gryczana gotowana 250gBuraczki tarte 100g730 kcalWoda 200 ml | **22.09.2022****czwartek** | Krem cebulowy 250 ml, 340 kcalSzaszłyki warzywne 160gZiemniaki puree 250gMizeria ze świeżego ogórka 100g720 kcalWoda 200 ml |
| 16.09.2022piątek | Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 250 ml, 320 kcalJajko sadzone 160gZiemniaki gotowane z koperkiem 250gSurówka z kiszonej kapusty 100g720 kcalWoda 200 ml | **23.09.2022****piątek** | Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 250 ml, 310 kcalPlacki z cukinii z jogurtem naturalnym 160gPieczone ziemniaki w ziołach 250gSurówka z sałaty pekińskiej 100g,720 kcalWoda 200 ml |