

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 12.09.2022  poniedziałek | Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze warzywnym  250 ml, 320 kcal  Pulpeciki warzywne w sosie koperkowym 160g  Ryż biały gotowany 250g  Surówka z białej kapusty 100g,  700 kcal  Woda 200 ml | 19.09.2022  poniedziałek | Zupa barszcz ukraiński na wywarze warzywnym 250 ml, 310 kcal  Leczo warzywne 160g  Ryż biały gotowany 250g  Groszek z marchewką oprószaną 100g  720 kcal  Woda 200 ml |
| 13.09.2022  wtorek | Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym 250 ml, 320 kcal  Faszerowane pieczarki 160g  Ziemniaki puree 250g  Surówka z marchewki z jogurtem naturalnym 100g,  800 kcal  Woda 200 ml | **20.09.2022**  **wtorek** | Zupa z soczewicy z groszkiem ptysiowym 250 ml, 300 kcal  Gołąbki wegetariańskie w sosie pomidorowym 160g  Ziemniaki z wody 250g  Surówka z ogórka kiszonego 100g,  730 kcal  Woda 200 ml |
| 14.09.2022  środa | Krem kalafiorowy na wywarze warzywnym z grzankami  250 ml, 350 kcal  Pierogi leniwe z cynamonem i jogurtem naturalnym 520g,  700 kcal  Woda 200 ml | **21.09.2022**  **środa** | Krem z cukinii 250ml, 330 kcal  Naleśniki z twarogiem z jogurtem naturalnym i musem z malin 500g,  680 kcal  Woda 200 ml |
| 15.09.2022  czwartek | Zupa brokułowa na wywarze warzywnym 250ml, 310 kcal  Pilaw warzywny z pieczarkami i papryką 160g  Kasza gryczana gotowana 250g  Buraczki tarte 100g  730 kcal  Woda 200 ml | **22.09.2022**  **czwartek** | Krem cebulowy 250 ml, 340 kcal  Szaszłyki warzywne 160g  Ziemniaki puree 250g  Mizeria ze świeżego ogórka 100g  720 kcal  Woda 200 ml |
| 16.09.2022  piątek | Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 250 ml, 320 kcal  Jajko sadzone 160g  Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g  Surówka z kiszonej kapusty 100g  720 kcal  Woda 200 ml | **23.09.2022**  **piątek** | Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 250 ml, 310 kcal  Placki z cukinii z jogurtem naturalnym 160g  Pieczone ziemniaki w ziołach 250g  Surówka z sałaty pekińskiej 100g,  720 kcal  Woda 200 ml |