

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 12.09.2022  poniedziałek | Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml, 320 kcal  Pulpeciki drobiowe w sosie koperkowym 160g  Ryż biały gotowany 250g  Surówka z białej kapusty 100g,  750 kcal  Woda 200 ml | 19.09.2022  poniedziałek | Zupa barszcz ukraiński z warzywami 250 ml, 310 kcal  Potrawka z kurczaka w sosie własnym 160g  Ryż biały gotowany 250g  Groszek z marchewką oprószaną 100g,  720 kcal,  Woda 200 ml |
| 13.09.2022  wtorek | Zupa ogórkowa z warzywami 250 ml, 320 kcal  Zraz moskiewski wieprzowy 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 w sosie pomidorowym 160g  Ziemniaki z wody 250g  Surówka z ogórka kiszonego 100g,  730 kcal,  Woda 200 ml |
| 14.09.2022  środa | Zupa klopsikowa z mięsa wieprzowego 250 ml, 350 kcal  Pierogi leniwe z cynamonem i jogurtem naturalnym  520g, 700 kcal  Woda 200 ml | **21.09.2022**  **środa** | Zupa żurek wiejski z białą kiełbasą i jajem gotowanym  250 ml, 330 kcal  Naleśniki z twarogiem z jogurtem naturalnym i musem z malin 500g, 680 kcal  Woda 200 ml |
| 15.09.2022  czwartek | Zupa brokułowa z warzywami 250 ml, 310 kcal  Pilaw drobiowy z pieczarkami i papryką 160g  Kasza gryczana gotowana 250g  Buraczki tarte 100g,  730 kcal  Woda 200 ml | **22.09.2022**  **czwartek** | Zupa gulaszowa 250 ml, 340 kcal  Pieczone udko kurczaka 160g  Ziemniaki puree 250g  Mizeria ze świeżego ogórka 100g,  720 kcal,  Woda 200 ml |
| 16.09.2022  piątek | Zupa rosół z makaronem 250 ml, 320 kcal  Ryba miruna pieczona 160g  Ziemniaki gotowane z koperkiem 250g  Surówka z kiszonej kapusty 100g,  720 kcal  Woda 200 ml | **23.09.2022**  **piątek** | Zupa jarzynowa 250 ml, 310 kcal  Klopsiki rybne z dorsza 160g  Pieczone ziemniaki w ziołach 250g  Surówka z sałaty pekińskiej 100g,  720 kcal,  Woda 200 ml |