

DATA I DZIEŃ TYGODNIA	ŚNIADANIE	OBIAD		PODWIECZOREK
	PRZEDSZKOLE	ZUPA	II DANIE	PRZEDSZKOLE
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>29.06.2020</b>	Płatki owsiane na mleku 200 ml Pieczywo mieszane 35g, szynka 20g, ogórek kiszony 30g, rzodkiewka 20g. Herbatka malinowa 150ml.	Szczawiowa z ziemniakami i natką pietruszki 250ml .	Filet z kurczaka w panierce 100/75g, kasza jaglana z koperkiem 200/180g, surówka z kapusty pekińskiej , ogórka kiszonego z oliwą z oliwek 150/110g, Kompot jabłkowy 200/150ml, jabłko 50 gr.	Szczawiowa z ziemniakami i natką pietruszki 200ml , jabłko 50 gr .
<b>WTOREK</b> <b>30.06.2020</b>	Płatki kukurydziane na mleku 200ml, pieczywo mieszane 35g, polędwica miodowa 20g, sałata 20g, pomidor 30g. Herbatka owocowa 150ml.	Pieczarkowa z ziemniakami i natką pietruszki 250 ml.	Gulasz wieprzowy z warzywami 100/75g , ziemniaki z koperkiem 200/180g , surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 150/110 gr kompot jabłkowy - śliwkowy 200/150ml, gruszka 50 gr	Pieczarkowa z ziemniakami i natką pietruszki 200 ml, gruszka 50 gr .
<b>ŚRODA</b> <b>01.07.2020</b>	Pieczywo mieszane 35g, polędwica sopocka 20g, papryka 30g, ogórek zielony 20g. Kakao 200ml.	Kalafiorowa z kaszą kukurydzianą, i zieleniną 250 ml	Kotlet drobiowy mielony 100/75g, kasza gryczana z koperkiem 200/180g buraki duszone 150/110g Kompot jabłkowy 200/150ml, banan 50 gr.	Kalafiorowa z kaszą kukurydzianą i zieleniną 200 ml , banan 50 gr .
<b>CZWARTEK</b> <b>02.07.2020</b>	Kasza manna na mleku 200ml, wędlina drobiowa 20g, pieczywo mieszane 35g, pomidor 30g, sałata 20g. Herbatka z cytryną 150ml.	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki 250ml	Kotlet schabowy w panierce 100/75g, ziemniaki z zieleniną 200/180g , kapusta duszona z koperkiem i dymką 150/110 gr , kompot wieloowocowy 200/150ml, jabłko 50 gr.	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki 200ml , jabłko 50 gr.
<b>PIĄTEK</b> <b>03.07.2020</b>	Płatki ryżowe na mleku 200 ml Jajko na twardo ze szczypiorkiem , pieczywo mieszane 35 gr , pomidor 30 gr .	Grochowa z ziemniakami i natką pietruszki 250 ml .	Pulpety rybne 100/75 gr , ryż z koperkiem 200/180 gr surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem i marchewką150/110 gr , kompot jabłkowy 200/150 ml , gruszka 50 gr .	Grochowa z ziemniakami i natką pietruszki 200 ml , gruszka 50 gr .

DATA I DZIEŃ TYGODNIA	ŚNIADANIE	OBIAD		PODWIECZOREK
	PRZEDSZKOLE	Zupa	II danie	PRZEDSZKOLE
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>06.07.2020</b>	Pieczywo mieszane 35g, szynka 20g, rzodkiewka 30g, ogórek kiszony 20 gr Kakao 200ml.	Ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 250ml.	Rumsztyk z cebulą i czosnkiem 100/75g , kasza jaglana i koperkiem 200/180g, surówka z pora i marchewki 150/100 gr , Kompot jabłkowy 200/150ml, jabłko 50 gr .	Ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 200ml , jabłko 50 gr .
<b>WTOREK</b> <b>07.07.2020</b>	Płatki kukurydziane na mleku 200ml, pieczywo mieszane 35g, szynka 20g, sałata 20g, pomidor 30g. Herbatka owocowa 150ml.	Żurek z ziemniakami i natką pietruszki 250ml	Gołąbki w sosie pomidorowym z koperkiem 100/75g, ziemniaki z koperkiem 200/180g , Kompot wieloowocowy 200/150ml , banan 50 gr .	Żurek z ziemniakami i natką pietruszki 200ml , banan 50 gr .
<b>ŚRODA</b> <b>08.07.2020</b>	Kasza manna na mleku 200ml, wędlina drobiowa 20g, pieczywo mieszane 35g, rzodkiewka 30g, ogórek zielony 20g. Herbatka z cytryną 150ml.	Ryżanka z ziemniakami i natką pietruszki. 250ml	Bitki wieprzowe w sosie pieczarkowym 100/75g, kasza gryczana 200/180g, surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 150/110g. Kompot jabłkowy 200/150ml, jabłko 50 gr .	Ryżanka z ziemniakami i natką pietruszki. 200ml , jabłko 50 gr .
<b>CZWARTEK</b> <b>09.07.2020</b>	Płatki ryżowe na mleku 200ml, pieczywo mieszane 35g, polędwica 20g, ogórek kiszony 30g, papryka czerwona 20g. Herbatka malinowa 150ml.	Brokułowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 250ml	Sznycel z piersi kurczak w panierce 100/75g, ziemniaki 200/180g, surówka z marchewki i jabłka 150/110g, Kompot śliwkowo-jabłkowy 200/150ml, gruszka 50 gr .	Brokułowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 200ml , gruszka 50 gr .
<b>PIĄTEK</b> <b>10.07.2020</b>	Płatki owsiane na mleku 200ml, pieczywo mieszane 35g, ser żółty 20g, ogórek zielony 30g, pomidor 20 gr . Herbatka owocowa 150ml.	Zarzutka z ziemniakami i natką pietruszki. 250ml	Ryba po grecku z warzywami , ryż z koperkiem 200/180 gr , kompot jabłkowo – wiśniowy , jabłko 50 gr .	Zarzutka z ziemniakami i natką pietruszki 200 ml , jabłko 50 gr .

DATA I DZIEŃ TYGODNIA	ŚNIADANIE	OBIAD		PODWIECZOREK
	PRZEDSZKOLE	ZUPA	II DANIE	PRZEDSZKOLE
<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>13.07.2020</b>	Płatki owsiane na mleku 200g, Pieczywo mieszane 35g, połędwica sopocka 20g, pomidor 30g, rzodkiewka 20g. Herbatka malinowa 150ml.	Szczawiowa z ziemniakami i natką pietruszki 250ml .	Podudzia z drobiu 100/75g, kasza jaglana z koperkiem 200/180g, sałatka wielowarzywna z oliwą z oliwek 150/110g, Kompot jabłkowy 200/150ml, banan 50 gr .	Szczawiowa z ziemniakami i natką pietruszki 200ml , banan 50 gr .
<b>WTOREK</b> <b>14.07.2020</b>	Płatki kukurydziane na mleku 200ml, pieczywo mieszane 35g, połędwica miodowa 20g, sałata 20g, pomidor 30g. Herbatka owocowa 150ml.	Pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 250 ml.	Pieczeń rzymska 100/75g , ziemniaki z koperkiem 200/180g , surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 150/110 gr kompot jabłkowo – wiśniowy 200/150ml, jabłko 50 gr .	Pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 200 ml , jabłko 50 gr .
<b>ŚRODA</b> <b>15.07.2020</b>	Pieczywo mieszane 35g, szynka 20g, pomidor 30g, ogórek zielony 20g. Kakao 200ml.	Barszcz czerwony z ziemniakami, i zielenią, zabieleny napojem ryżowym 250 ml	Kotlet wieprzowy mielony 100/75g, kasza gryczana z koperkiem 200/180g buraki duszone 150/110g Kompot jabłkowy 200/150ml, gruszka 50 gr.	Barszcz czerwony z ziemniakami, i zielenią, zabieleny napojem ryżowym 250 ml , gruszka 50 gr .
<b>CZWARTEK</b> <b>16.07.2020</b>	Kasza manna na mleku 200ml, wędlina drobiowa 20g, pieczywo mieszane 35g, pomidor 30g, sałata 20g. Herbatka z cytryną 150ml.	Jesienna z kaszą kukurydzianą i natką pietruszki 250ml	Kotlet schabowy w panierce 100/75g, ziemniaki z zielenią 200/180g , surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem kiszonym , marchewką ,z oliwą z oliwek 150/110 g , kompot wielooowocowy 200/150ml, jabłko 50 gr.	Jesienna z kaszą kukurydzianą i natką pietruszki 200ml , jabłko 50 gr.
<b>PIĄTEK</b> <b>17.07.2020</b>	Płatki ryżowe na mleku 200 ml pieczywo mieszane 35 gr , ser żółty 20 gr , ogórek kiszony 20 gr , papryka czerwona 30 gr , herbata malinowa 150 ml .	Szpinakowa z ziemniakami i zielenią 250 ml .	Ryba smażona w panierce 100/75 g , ryż z koperkiem 200/180 g , surówka z kapusty kiszonej z marchewką i jabłkiem 150/110 g , kompot jabłkowo – śliwkowy 200/150 ml , banan 50 gr .	Szpinakowa z ziemniakami i zielenią 250 ml , banan 50 gr .

