

**Poniedziałek**

Zupa:  **Krupnik z warzywami** (92 kcal)

Drugie danie: **Wieprzowina w sosie słodko- kwaśnym,** ryż (123 kcal), kukurydza(58 kcal)

 **Makaron Penne z cebulką, cukinią i słonecznikiem** ( 257 kcal )

Surówki:Marchewka z jabłkiem (42kcal), mix sałat z sosem ziołowym i pomidorem, kapusta pekińska z papryką (124 kcal), słupki marchewki (12 kcal )

Podwieczorek mały/duży: śliwki/ śliwki + ciastko zbożowe

**Wtorek**

 Zupa: **Zupa krem z jarzyn z płatkami migdałów** (183kcal)

Drugie danie:  **Kotlet schabowy** (316kcal), ziemniaki (115kcal), groszek gotowany na parze posypany sezamem (80kcal )

 **Kurczak po chińsku** (255kcal), kasza kus kus (165 ), brokuły (124kcal)

 **Kopytka w sosie pieczarkowym**, dodatek ekologiczny, soczewica (160kcal) Surówki**:** Marchewka z jabłkiem (42kcal), mizeria (77kcal), (36kcal), sałata z jogurtem i rzodkiewką (40kcal), słupki buraka (17 kcal ), sałatka jesienna ( 97 kcal )

Podwieczorek mały/duży koktajl własnej produkcji/ Koktajl własnej produkcji + wafle kukurydziane

**Środa**

Zupa: **Rosół z makaronem** ( 125kcal)

Drugie danie: **Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych** (225kcal), ziemniaki (98 kcal), fasolka szparagowa na parze (14 kcal )

 **Gulasz wieprzowy** (258kcal), kasza gryczana (153kcal), surówka

 **Placki z dyni** (240 kcal) z sosem jogurtowym (42 kcal )

Surówki:Marchewka z jabłkiem (42kcal), słupki jabłka (46 kcal ), sałatka grecka (115kcal), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą (54kcal), surówka z selera z rodzynkami (112kcal)

Podwieczorek mały/duży**:** gruszka/ gruszka+ chrupki czekoladowe

**Czwartek**

Zupa:  **Zupa pomidorowa z makaronem ryżowym** (155 kcal )

Drugie danie: **Stek wieprzowy z cebulką** (471 kcal ) ziemniaki ( 98 kcal ), buraczki zasmażane (139 kcal) **Kurczak w sosie porowym (**270 kcal**)**, ryż (123 kcal) **Makaron świderki z sosem serowo – ziołowym** (378kcal) Surówki: Marchewka z jabłkiem (42kcal), warzywa mieszane z sosem winegret (82 kcal), surówka zimowa (46 kcal ) , surówka z pomidora i cebuli (36kcal), kapusta pekińska z marchewka i szczypiorkiem(48kcal) Podwieczorek mały/ duży : batoniki sezamowe produkcji własnej / batoniki sezamowe produkcji własnej + mus owocowy Kubuś

**Piątek**

Zupa:  **Zupa pieczarkowa z ziemniakami (98 kcal )**

Drugie danie: **Ryba w ziołowej panierce** (297 kcal), ziemniaki (98 kcal), bukiet warzyw (25 kcal) **Kurczak w pomidorach** (310 kcal), makaron , jarzynka ( 160kcal) **Ryż jaśminowy, prażony słonecznik i prażone jabłko z cynamonem** (326 kcal ) Surówki:Marchewka z jabłkiem (42kcal), sałatka owocowa (233 kcal), surówka z kapusty z marchewką (38kcal)surówka z sałaty lodowej, selera naciowego i ogórka (45kcal) sałata z pomidorem(28 kcal)

Podwieczorek mały/duży: Chlebek bananowy ze śliwką produkcji własnej/ Chlebek bananowy ze śliwką produkcji własnej+ mleko truskawkowe

*18 - 22 IX 2017*

Zapisy, wszelkie zmiany i uwagi prosimy zgłaszać kierownikowi stołówki Pani Barbarze Sidorczuk osobiście lub telefonicznie:

648-45-91