

19 / Piątek / Tydzień III

ŚNIADANIE [g]

Zupa mleczna z płatkami ows	220
Kakao	250
Chleb razowy	90
Chleb jasny	30
Masło	10
Twarożek z rybą	90
Sałata	10
Papryka	20
Pomidor	40

0

II ŚNIADANIE

Ciasteczka owsiane	40
Banan	150

0

OBIAD

Zupa pomidorowa	300
Ziemniaki	220
Delikatne klopsy rybne (2szt)	140
Surówka z kapusty kiszonej	120
Kompot	250

PODWIECZOREK

Hummus	60
Wafle ryżowe	1

KOLACJA

Herbata	250
Chleb graham	120
Masło	10
Pasztet pieczony	60
Jajko	60
Sałata	20
Ogórek zielony	40