

DIETA WEGETARIAŃSKA BEZ RYB 30.06-04.07 PRZEDSZKOLE 104

	ŚNIADANIE	ZUPA	DESER	II DANIE + OWOC
PONIEDZIAŁEK 30.06	Herbata owocowa 200 ml, Zupa mleczna: Płatki kukurydziane na mleku (7) 200 ml, Chleb pszenno-żytni (1) 50 g, z masłem (7) 10 g, z gziem z rzodkiewką i słonecznikiem (7) 20 g, z ogórkiem kiszonym (10) 20 g Sok jabłko-marchew 200 ml	Zupa brukselkowa z kolorową fasolką szparagową zabieleną z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (7,9) 250 ml	Jogurt naturalny (7) z płatkami czekoladowymi o obniżonej zawartości cukru (1,7) 130 ml/20 g	Delikatny gulasz z ciecierzycą, kalaflorem i papryką w sosie maślano-pomidorowym z mlekiem kokosowym z mąką pszenną (1,7) 120 g, z kaszą bulgur (1) 100 g, z surówką z białej kapusty z kukurydzą i oliwą 40 g, Kompot owocowy truskawka-porzeczka 200 ml Jabłko 1 szt./100g
WTOREK 01.07				
ŚRODA 02.07				
CZWARTEK 03.07				
PIĄTEK 04.07				