

Menu - Dieta BM

Menu od 10-14 września

	<i>Śniadania</i>	<i>Obiady</i>	<i>Podwieczorki</i>
Pn	Pieczywo pszenno-żytnie, masło roślinne, szynka wieprzowa, papryka czerwona	Zupa-krem z kalafiora (BM) z natką pietruszki z groszkiem ptysiowym Makaron z sosem bolońskim (bez mleka)	Melon + chlebek prasowany
Wt	Pieczywo pszenne, masło roślinne, dżem truskawkowy	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym Kotlet mielony, ziemniaki z koperkiem, pure z gotowanej marchewki	Śliwki+ chrupki kukurydziane
Śr	Pieczywo pszenno-żytnie, masło roślinne, szynka wieprzowa, rzodkiewka	Rosół z makaronem Pieczeń wieprzowa duszona z sosem, kasza jęczmienna, surówka z kapusty pekińskiej	Gruszka + chlebek ryżowy
Cz	Pieczywo razowe, masło roślinne, parówka wieprzowa, ketchup.	Zupa ogórkowa Jajko sadzone, ziemniaki z koperkiem, szpinak w liściach (BM).	Jabłko, chrupki kukurydziane
Pi	Kasza bulgur z olejem kokosowym, miodem i suszonymi morelami, z dodatkiem soli kamiennej	Zupa jarzynowa na mięsie. Pierogi z truskawkami (BM) z masłem roślinnym i cukrem.	Banan + chlebek ryżowy

Owoc na podwieczorek może być zamieniany w ramach tygodnia lub zastępowany innym owocem.