

Załącznik nr 1

Przykładowe Menu

Śniadanie:

- Danie na ciepło o wadze co najmniej 100g/ na osobę
- Przystawki o wadze co najmniej 180g/ na osobę (ser w plasterkach, wędlina w plasterkach, warzywa)
- Pieczywo o wadze co najmniej 120g/na osobę
- Masło, miód, dżem
- Kawa, herbata, woda, soki bez ograniczeń.

Obiad:

- Zupa w ilości co najmniej 250g/osobę
- Drugie danie o wadze co najmniej 400g /osoba (150g mięsa lub ryby, 150g warzyw lub surówek, 100g ziemniaków, ryżu lub kaszy)
- Kawa, herbata, woda, soki bez ograniczeń.

Kolacja:

- Danie na ciepło o wadze 400g/ na osobę
- Przystawki o wadze co najmniej 180g/ na osobę (ser w plasterkach, wędlina w plasterkach, warzywa)
- Pieczywo o wadze co najmniej 120g/na osobę
- Masło, miód, dżem
- Kawa, herbata, woda, soki bez ograniczeń