

Jadłospis

<p>Poniedziałek 16.10</p>	<p>Wtorek 17.10</p>	<p>Środa 18.10</p>	<p>Czwartek 19.10</p>	<p>Piątek 20.10</p>
<p>Śniadanie : (1,3,7) Płatki miodowe (25g) z mlekiem (200ml) Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (40g),z masłem (5g) pasta jajeczna z majonezem i szczypiorkiem (25g)</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Kawa inka z mlekiem (150 ml) Chlebek pytlowy (40g) z masłem (5g), kiełbaska krakowska (25g), pomidorek</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Kasza manna na mleku (200ml). Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), serek biały mielony z marchewką (60g) .</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Płatki jęczmienne na mleku (200ml). Chlebek 7 zbóż (40g) z masłem (5g), szynka kwasowa (20g), papryka kolorowa (50g)</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Kakao (150 ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (40g), filet z indyka (20g), ogórek kiszony (20g)</p>
<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200 ml), jabłko (100g)</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa (200 ml), marchewką do chrupania (50g)</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200ml), gruszka (100g)</p>	<p>II Śniadanie : Herbatka owocowa (200ml), brzoskwinia (80g).</p>	<p>II Śniadanie : Herbatka miętowa (200ml), Śliwki (100g)</p>
<p>Obiad: (1,7,9) Zupka pomidorowa z makaronem i natką. (200ml) Pałka z kurczaka (80g), ryż jaśminowy (150g), marchewką z groszkiem na liściu sałaty (100g) Woda z cytryną (150ml)</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Zupka z fasolki szparagowej z natką (200ml). Gulasz z szynki wieprzowej (60g) kasza pęczak (60g), surówka z ogórka kiszzonego , marchwi i cebulki (100g) Kompot truskawkowy (200 ml)</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka ogórkowa z koperkiem (200ml) Gołąbki w sosie pomidorowym (80g), ziemniaki (150g), cząstki świeżego ogórka (90g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Rosół wołowy (200 ml) z makaronem (40g) i natką. Mięso wołowe mielone z warzywami (100g), ziemniaki (150g) mizeria z jogurtem naturalnym (100g). Woda z cytryną.</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka jarzynowa (200 ml) z natką. Kluseczki leniwe z masłem i brązowym cukrem(150g), surówka z marchewki i ananasa (100g) Kompot śliwkowy.</p>
<p>Podwieczorek: (1,7) Koktajl z jogurtu naturalnego i jagód (150 ml) Wafle kukurydziane (20g). Herbatka z cytryną (200 ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Chiałka (30g) z masłem (5g), dżem truskawkowy niskosłodzony (15g), jabłko (100g). Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka pełnoziarnista (30g) z masłem (5g), szynka (10g), serek żółty (10g), rzodkiewka (20g). Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Ciasteczka owsiane, banan (150g). Herbata z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,4,7) Bułka (40g)z masłem (5g), pasta z makreli i serka białego, ze szczypiorkiem (40g).</p>