

Jadłospis

<p>Poniedziałek 02.10</p>	<p>Wtorek 03.10</p>	<p>Środa 04.10</p>	<p>Czwartek 05.10</p>	<p>Piątek 06.10</p>
<p>Śniadanie : (1,7) Płatki miodowe na mleku (200ml). Kajzerka (50g) z masłem (5g), serek biały ze szczypiorkiem (60g), pomidorek (40g).</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Kluski lane na mleku (200ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (50g) z masłem (5g), kiełbaską podwawelską (25g), sałata.</p>	<p>Śniadanie : (1,3,7) Kawa inka z mlekiem (200ml). Grahamka (50g) z masłem (5g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (60g).</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Płatki ryżowe na mleku (200ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (50g) z masłem (5g), poledwica sopocką (25g), rukola.</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Kakao (200ml). Chlebek 7 z bóz(50g) z masłem (5g), szynką wiejską (25g), ogórek kiszony (20g).</p>
<p>II Śniadanie : Herbatka owocowa (200ml), jabłuszko (100g)</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa (200ml), papryka do chrupania (40g).</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200ml), Gruszka (100g).</p>	<p>II Śniadanie : Herbatka owocowa (200ml), marchewką do chrupania</p>	<p>II Śniadanie : Herbatka miętowa (200ml), śliweczkę (100g),</p>
<p>Obiad: (1,7,9) Biały barszczyk z ziemniakami (200 ml). Gulasz z piersi indyka z marchewką (90g), ryż jaśminowy (80g), sałata z jogurtem. Woda z cytryną 200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Zupka pieczarkowa z makaronem (200ml). Szynka w sosie majerankowym (70g), ziemniaki (100g), surówka z ogórka kiszonego, marchwi i cebuli (100g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Zupka jarzynowa z natką (200ml). Makaron spaghetti z cukinią i sosem pomidorowym (200g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Zupka kalafiorowa (200ml). Gulasz wołowy (60g), kasza bulgur (80g), mizeria z jogurtem naturalnym (100g). Kompot truskawkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,4,7,9) Krupniczek z zieleniną (200ml). Rybka miruna z ziołami na parze (70g) ziemniaki (100g), kapusta kiszona z buraczkami (100g) Kompot śliwkowy (200ml).</p>
<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka (40g) z masłem (5g), serek żółty i wędlina (30g), rzodkiewka, ketchup. Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka (40g) z masłem (5g), dżem owocowy (20g), niskosłodzony, jabłko (100g). Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka (40g) z masłem (5g), filet z indyka, sałata (50g), jabłko (100g). Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Ciasto drożdżowe (80g), pomarańcza (100g). Herbatka z cytryną (200ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek (200 ml), banan (150g) Herbatka z cytryną (200ml)</p>