

# Jadłospis

Poniedziałek 18.03	Wtorek 19.03	Środa 20.03	Czwartek 21.03	Piątek 22.03
<p><b>Śniadanie : (1,7)</b> Kasza jaglana na mleku (200ml). Chlebek żytni fitness (50g), z masłem (5g), serek żółty (25g), pomidorek, szczypior (30g).</p>	<p><b>Śniadanie : (1,7)</b> Kawa inka z mlekiem (200 ml). Chlebek pytlowy (50g) z masłem (5g), schab pieczony (25g), ogórek (40g), sałata.</p>	<p><b>Śniadanie : (1,7)</b> Płatki ryżowe na mleku (200ml). Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), pasta z serką i suszonych pomidorów z bazylią (60g).</p>	<p><b>Śniadanie : (1,7)</b> Kakao z mlekiem (200 ml). Chlebek 7 zbóż (50g) z masłem (5g), filet z indyka (40g), ogórek kiszony (20g).</p>	<p><b>Śniadanie : (1,7)</b> Płatki kukurydziane na mleku (200ml). Chlebek pytlowy (50g) z masłem (5g), kiełbasa żywiecka (30g), pomidor (30g).</p>
<p><b>II Śniadanie:</b> Herbatka owocowa (200 ml), mandarynka (100g).</p>	<p><b>II Śniadanie:</b> Herbatka miętowa (200ml), marchewka (50g)</p>	<p><b>II Śniadanie:</b> Herbatka owocowa (200 ml), pomarańcza (150g).</p>	<p><b>II Śniadanie :</b> Herbatka owocowa (200ml), papryka (100g).</p>	<p><b>II Śniadanie :</b> Herbatka miętowa, banan (150g)</p>
<p><b>Obiad: (1,7,9)</b> Barszczyk czerwony z ziemniakami (200ml) Kotlecik z piersi kurczaka (150g), ziemniaki (100g), marchewka z masełkiem (100g) Woda z cytryną (200ml).</p>	<p><b>Obiad: (1,3,7,9)</b> Zupka ogórkowa (200ml) z natką. Schab w sosie majerankowym (80g), kasza bulgur (150g), surówka z pomidora i ogórka z cebulką (100g). Kompot truskawkowy (200ml).</p>	<p><b>Obiad: (1,3,7,9)</b> Zupka pomidorowa z ryżem (200ml). Makaron z serkiem białym i polewą jogurtowo – jagodową. (200g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p><b>Obiad: (1,3,7,9)</b> Zupka szczawiowa z jajkiem z natką (200ml). Makaron z sosem szpinakowo-śmietanowym kielbaską i czosnkiem (150g). Kompot śliwkowy (200ml)</p>	<p><b>Obiad: (1,3,4,7,9)</b> Zupka brokułowa (200ml). Dorsz pieczony w panierce (80g), ziemniaki (150g), warzywa gotowane z pomidorami (100g). Woda z cytryną (200ml).</p>
<p><b>Podwieczorek: (1,7)</b> Bułka z masłem (150g), szynka wiejska (20g), papryka (40g). Herbatka z cytryną</p>	<p><b>Podwieczorek: (1,7)</b> Bułka z masłem (30g) z pasta z makreli (60g), jabłko (80g). Herbatka z cytryną (200ml)</p>	<p><b>Podwieczorek: (1,3,7)</b> Chlebek fitness (40g) z masłem, kiełbaską szynkowa (30g) szczypiorek, Herbata z cytryną (200ml)</p>	<p><b>Podwieczorek: (1,7)</b> Paluch ziołowo-drożdżowy z dodatkiem sera żółtego z masełkiem (70g), jabłuszko. Herbatka z cytryną (200ml)</p>	<p><b>Podwieczorek: (1,3,7)</b> Koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek (150ml), herbatniki (40g) Herbatka (200ml)</p>