

Jadłospis

<p>Poniedziałek 29.07</p>	<p>Wtorek 30.07</p>	<p>Środa 31.07</p>	<p>Czwartek 01.08</p>	<p>Piątek 02.08</p>
<p>Śniadanie: (1,7) Kluski lane na mleku (200ml). Bułkę grahamką (50g), z masłem (5g), serek żółty i kiełbaską żywiecką (25g), sałata, szczypiorek,</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Kawa inka z mlekiem (200 ml). Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), kiełbasa krakowska (25g), ogórek kiszony (20g)</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Kakao z mlekiem (200ml). Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), serek biały mielony z marchewką (60g).</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Płatki ryżowe na mleku. Chlebek 7 zbóż (50g) z masłem (5g), schab pieczony (40g), pomidorek (20g).</p>	<p>Śniadanie: (1,3,7) Płatki kukurydziane na mleku (200ml). Chlebek fitness (50g) z masłem (5g), jajko na twardo (30g), szczypiorek,</p>
<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200 ml), jabłko (100g).</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa (200ml) brzoskwinia (70g)</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200ml), śliwkę (50g).</p>	<p>II Śniadanie : Herbatka owocowa (200ml), jabłko (100g).</p>	<p>II Śniadanie : Herbatka miętowa (200 ml), marchewką (30g).</p>
<p>Obiad: (1,7,9) Rosół drobiowy (200ml) z makaronem i koperkiem Potrawka z kurczaka z warzywami, ryż jaśminowy (60g), mizeria z jogurtem (80g). Woda z cytryną (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka kapuśniak ze słodkiej kapusty z pomidorami (200ml). Kotlecik z wątróbki drobiowej (80g), ziemniaki (100g), surówka z marchwi i jabłką (100g). Kompot truskawkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Barszчыk czerwony z ziemniakami (200ml). Makaron spaghetti z cukinią i pomidorami (150g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka zacierkowa (200ml). Pulpecik w sosie koperkowym (60g), kasza bulgur (50g), sałata z jogurtem (100g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Żurek z ziemniaczkami (200ml). Naleśniki z serkiem białym i polewą jogurtowo-truskawkową (150g) Woda z cytryną (200ml).</p>
<p>Podwieczorek: (1,3,7) Bułka (40g) z masłem (5g) pasta z awokado i jajką (60g). Herbata z cytryną (200ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Wafle andruty (20g) z serkiem waniliowym (60g). Herbatka z cytryną (200 ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Chlebek pytlowy (40g) z masłem, szynką wiejską (20g), papryką (40g) Herbata z cytryną (200ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,4,7) Bułka (40g) z masłem (5g), pasta z makreli, serką, i szczypiorku (50g). Herbatka z cytryną</p>	<p>Podwieczorek: (1,3,7) Bułka (40g) z masłem (5g), miód naturalny, jabłko (100g). Herbatka z cytryną (200ml).</p>