

# Jadłospis

<p>Poniedziałek 09.09</p>	<p>Wtorek 10.09</p>	<p>Środa 11.09</p>	<p>Czwartek 12.09</p>	<p>Piątek 13.09</p>
<p><b>Śniadanie : (1,3,7)</b> Kawa inka z mlekiem (200ml). Kajzerka (50g) z masłem (5g), serek żółty (20g), jajko (60g), szczypiorek, rzodkiewka (5g).</p>	<p><b>Śniadanie : (1,7)</b> Makron literki (30g) na mleku (200ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (40g), z masłem (5g) szynką klasyczna (25g), sałata.</p>	<p><b>Śniadanie : (1,7)</b> Płatki ryżowe na mleku (200ml). Kajzerka pszenno-żytnia mini (50g) z masłem (5g), szynką białą (30g), pomidorek (30g).</p>	<p><b>Śniadanie : (1,7)</b> Kluski lane na mleku (200ml). Grahamka (40g) z masłem (5g), serek biały z rzodkiewką (20g)</p>	<p><b>Śniadanie : (1,7)</b> Kakao (200ml). Chlebek pytlowy (40g) z masłem (5g), kielbaską żywiecką (20g), ogórek kiszony (15g).</p>
<p><b>II Śniadanie :</b> Herbatka owocowa (200ml), jabłuszko (100g)</p>	<p><b>II Śniadanie:</b> Herbatka miętowa (200ml), brzoskwinie (100g)</p>	<p><b>II Śniadanie :</b> Herbatka owocowa (200ml), marchewką do chrupania (40g).</p>	<p><b>II Śniadanie:</b> Herbatka owocowa (200ml), śliwkę (60g)</p>	<p><b>II Śniadanie :</b> Herbatka miętowa (200ml), jabłko (100g)</p>
<p><b>Obiad: (1,7,9)</b> Rosół drobiowy (200 ml) z makaronem (40g) i kolendrą Kolorowy kociołek (kurczak, marchewką, groszek,) (200g), ryż jaśminowy (40g), sałata z jogurtem (100g). Woda z cytryną (200ml).</p>	<p><b>Obiad: (1,3,7,9)</b> Zupka zacierkowa z koperkiem (200ml). Kotlecik mielony, ziemniaczki (150g), pomidorek z dymką i oliwą z oliwek (150g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p><b>Obiad: (1,3,4,7,9)</b> Zupka brokułowa (200ml). Kotlecik rybny z miruny z natką (70g), ziemniaki (150g), surówka z białej kapusty, marchwi i cebuli (100g) Woda z cytryną (200ml)</p>	<p><b>Obiad: (1,3,7,9)</b> Zupka ryżanka z pomidorami i natką (250 ml). Gulasz ze schabu karkowego (80g), ziemniaki (150g), surówka z czerwonej kapusty (100g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p><b>Obiad: (1,7,9)</b> Barszczyk czerwony zabieleny z ziemniakami (200ml) Makaron z serem białym i polewą truskawkowo-jogurtową (250g), Woda z cytryną (200ml).</p>
<p><b>Podwieczorek: (1,7)</b> Chlebek pytlowy (40g) z masłem (5g), kielbaską szynkową (25g), ogórek (20g). Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p><b>Podwieczorek: (1,7)</b> Koktajl z jogurtu naturalnego i jagód (150 ml), wafle kukurydziane (20g). Herbatka z cytryną (200ml)</p>	<p><b>Podwieczorek: (1,3,4,7)</b> Chlebek fitness (40g) z masłem (5g) pasta z tuńczyką z jajkiem (20g), Herbatka z cytryną .</p>	<p><b>Podwieczorek: (1,7)</b> Ciasto drożdżowe (70g), banany (150g). Herbatka z cytryną (200ml)</p>	<p><b>Podwieczorek: (1,7)</b> Bułka pszenna (40g) z masłem (5g), miód naturalny (15g). Herbata z cytryną (200ml).</p>