

Jadłospis

Poniedziałek 16.09	Wtorek 17.09	Środa 18.09	Czwartek 19.09	Piątek 20.09
<p>Śniadanie: (1,7) Kasza jaglana na mleku (200ml). Kajzerka mini (50g), z masłem (5g), serek żółty (25g), pomidorek (40g).</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Zacierki na mleku (200 ml). Chlebek pytlowy (50g) z masłem (5g), kiełbaska krakowska (25g), ogórek (40g), sałata.</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Bawarka (200ml) Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (50g) z masłem (5g), szynka wiejska (25g), ogórek kiszony (15g).</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Płatki jęczmienne na mleku. Chlebek 7 zbóż (50g) z masłem (5g), serek biały z bazylią (60g).</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Kakao z mlekiem (200ml). Chlebek fitness (50g) z masłem (5g), kiełbasa krucha (25g), sałata.</p>
<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200 ml), śliwki (100g).</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa (200ml), papryka do chrupania (50g)</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200ml), banan (150g).</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200ml), marchewka do chrupania (50g)</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa, brzoskwinia (100g)</p>
<p>Obiad: (1,7,9) Biały barszczyk z ziemniakami (200 ml). Pałka z kurczaka (150g), ryż jaśminowy (100g), marchewka z groszkiem (100g) Woda z cytryną (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka pomidorowa z ryżem (200ml). Kotlecik schabowy (80g), ziemniaki (150g), mizeria z jogurtem (100g). Kompot truskawkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Zupka kalafiorowa (200ml). Makaron spaghetti z cukinią i sosem pomidorowym (200g). Woda z cytryną (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Krem z dyni z prażonymi pestkami (200ml) Gulasz z szynki wieprzowej (70g), kasza gryczana (50g), surówka z kiszonej kapusty i marchwi (100g). Kompot śliwkowy(200ml)</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka ogórkowa (200 ml) z natką. Kopytką z boczkiem (250g), sałata z jogurtem (100g). Woda z cytryną (200ml).</p>
<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka z masłem (30g) szynka drobiowa (20g), sałata. Herbatka z cytryną (200ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Twarożek z truskawkami (60g), wafle andruty, jabłko (100g). Herbatka z cytryną (200ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,3,7) Bułka z masłem (150g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (30g). Herbata 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: (1,4,7) Bułka z masłem (150g), pasta z makreli ze szczypiorkiem (40g). Herbatka (200ml)</p>