

Jadłospis

<p>Poniedziałek 14.10</p>	<p>Wtorek 15.10</p>	<p>Środa 16.10</p>	<p>Czwartek 17.10</p>	<p>Piątek 18.10</p>
<p>Śniadanie : (1,7) Zacierkę na mleku (200ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (40g), z masłem (5g) serek biały mielony z rzodkiewką i szczypiorkiem (50g).</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Kawa inka z mlekiem (150 ml) Chlebek pytlowy (30g) z masłem (5g), szynką ze wsi (25g), pomidorek (30g).</p>	<p>Śniadanie : (1,3,7) Kakao (200ml). Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), jajko na twardo z majonezem i szczypiorkiem (40g).</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Płatki ryżowe na mleku (200ml). Chlebek żytni (40g) z masłem (5g), kiełbasa krakowska (20g), ogórek kiszony (20g)</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Płatki owsiane (150 ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (40g), filet z indyka (20g) rzodkiewka, szczypior.</p>
<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200 ml), jabłko (100g)</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa (200 ml), papryka do chrupania (40g).</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200ml), śliwki (100g)</p>	<p>II Śniadanie : Herbatka owocowa (200ml), marchewka do chrupania (50g)</p>	<p>II Śniadanie : Herbatka miętowa (200ml), nektarynka (100g)</p>
<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka pieczarkowa (200 ml) z makaronem (40g) i natką. Kotlecik schabowy (90g), kapusta z pomidorami (100g), ziemniaki gotowana(100g). Woda z cytryną (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Zupka ogórkowa z natką (200ml). Szynka w sosie majerankowym (80g), kasza pęczak (100g), mizeria z jogurtem (70g). Kompot truskawkowy (200 ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Zupka krem z białych warzyw (200 ml). Makaron z serkiem białym i polewą jogurtowo – jagodową (200g). Woda z cytryną (200 ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Zupka brokułowa z ziemniakami (200ml). Gulasz ze schabu karkowego (70g), ryż jaśminowy (60g), surówka z ogórka, pomidorka i cebuli ze śmietaną (100g). Woda z cytryną (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,4,7,9) Barszczyk czerwony zabielały z ziemniakami (200ml) Ryba miruna w panierce (100g), ziemniaki (150g), pomidorek z dymką i oliwą (100g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>
<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka (35g) z masłem (5g), polędwica sopocka (20g), sałata. Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka (35g) z masłem (5g), miód naturalny, jabłko (100g). Herbata z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Chlebek 7 zbóż (35g) z masłem (5g), szynka szwagra (25g), ogórek. Herbatka (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka (35g) z masłem (5g), serek żółty (60g), ketchup łagodny. Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,3,7) Budyń z herbatnikiem i bitą śmietaną (100g). Herbatka z cytryną (200ml)</p>