

Jadłospis

Poniedziałek 04.11	Wtorek 05.11	Środa 06.11	Czwartek 07.11	Piątek 08.11
<p>Śniadanie : (1,7) Makaron na mleku (200ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (40g), z masłem (5g) filet z indyka (25g), pomidor (30g).</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Kawa inka z mlekiem (150 ml) Chlebek fitness (40g) z masłem (5g), ser żółty (25g), pomidor (30g) i szczypiorkiem (25g)</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Kluski lane na mleku (200ml). Chlebek pytlowy (40g) z masłem (5g), serek biały z marchewką (60g).</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Kasza manna (200ml). Chlebek 7 zbóż (40g) z masłem (5g), kiełbasa krucha (25g), sałata.</p>	<p>Śniadanie : (1,7) Kakao (150 ml). Kajzerka mini (30g) z masłem (5g), szynką wiejską (25g), ogórek świeży (20g).</p>
<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200 ml), mandarynki (80g)</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa (200 ml), śliwki (100g).</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200ml), świeży ananas (100g)</p>	<p>II Śniadanie : Herbatka owocowa (200ml), marchewką do chrupania (50g)</p>	<p>II Śniadanie : Herbatka miętowa (200ml), banan (150g)</p>
<p>Obiad: (1,3,7,9) Rosółek drobiowy (200 ml) z makaronem (40g) i kolendrą. Kolorowy kociołek (kurczak, marchewka, groszek,) (200g), ryż jaśminowy (40g), sałata z jogurtem (100g). Woda z cytryną (150ml)</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka z fasolki szparagowej (200ml). Kotlecik schabowy (80g), ziemniaki (150g), surówka z sałaty lodowej, rzodkiewki i jogurtu (100g). Kompot truskawkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Zupka pomidorowa z ryżem (200 ml). Gulasz wołowy (70g), makaron trójkolorowy (60g), surówka z białej kapusty, marchwi i cebuli (100g). Kompot śliwkowy (200 ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka ziemniaczana (200ml). Pulpety w sosie (70g), kasza bulgur z vermicelli (100g), buraczki zasmażane na liściu sałaty (80g). Woda z cytryną (200 ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,4,7,9) Zupka barszczyk ukraiński (200ml). Rybka miruna w panierce (70g), ziemniaki (150g), surówka z kiszonej kapusty i buraka (110g) Kompot śliwkowy (200ml).</p>
<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka (35g) z masłem (5g), serek z miodem (60g), jabłko (100g). Herbata z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,3,7) Bułka kajzerka (30g) z masłem (5g), pasta z jajek i szczypiorku (50g). Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,3,7) Racuszki drożdżowe z jabłkiem i cukrem pudrem (200g). Herbata z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,4,7) Bułka (35g) z masłem (5g), pasta z tuńczyka i twarogu ze szczypiorkiem (40g). Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p>Podwieczorek: (1,3,7) Chlebek fitness (40g) z masłem (5g), serek żółty, jajko (50g), rzodkiewka. Herbatka z cytryną (200ml)</p>