

Jadłospis

Wtorek 12.11	Środa 13.11	Czwartek 14.11	Piątek 15.11
<p>Śniadanie: (1,7) Kasza jaglana na mleku (200ml). Chlebek żytni fitness (50g), z masłem (5g), serek żółty (25g), jajko (30g), szczypiorek.</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Kawa inka z mlekiem (200 ml). Chlebek pytlowy (50g) z masłem (5g), szynką klasyczną (25g), ogórek (40g), sałata.</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Zacierki na mleku (200ml). Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), pasta z serka białego, pomidorów i bazylii (60g).</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Płatki kukurydziane na mleku (200ml). Pieczywo mieszane (50g) z masłem (5g), kiełbasa żywiecka (30g), ogórek (20g).</p>
<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200 ml), mandarynka (100g).</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa (200ml), marchewka (50g)</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200 ml), pomarańcza (150g).</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa, banan (150g)</p>
<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka kalfiorowa (200ml) Kotlecik z piersi kurczaka (150g), ziemniaki (100g), marchewka z groszkiem (100g) Woda z cytryną (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Biały barszczyk z ziemniakami (200ml). Schab w sosie majerankowym (80g), ryż jaśminowy (150g), surówka wielowarzywna (100g). Kompot truskawkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka pieczarkowa z ziemniakami (200ml). Kluski śląskie z kiełbasą (200g) sałata lodowa z rzodkiewką i oliwą z oliwek (100g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,4,7,9) Zupka dyniowa krem (200ml). Leniwe pierogi z sera białego, z masłem i cukrem (200g), surówka z marchwi i jabłka (100g). Woda z cytryną (200ml).</p>
<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka z masłem (150g), szynką wiejską (20g), papryką (40g). Herbatka z cytryną</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka z masłem (30g) z serkiem kakaowym (60g), jabłko (80g). Herbatka z cytryną (200ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,3,4,7) Chlebek fitness (40g) z masłem, pasta z jajek i makreli wędzonej ze szczypiorkiem (30g). Herbata z cytryną (200ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,3,7) Koktajl z jogurtu naturalnego i truskawek (150ml), herbatniki (40g) Herbatka (200ml)</p>