

Jadłospis

<p><i>Poniedziałek</i> 02.12</p>	<p><i>Wtorek</i> 03.12</p>	<p><i>Środa</i> 04.12</p>	<p><i>Czwartek</i> 05.12</p>	<p><i>Piątek</i> 06.12</p>
<p><i>Śniadanie : (1,7)</i> Płatki ryżowe na mleku (200ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (50g), szynka ekologiczna (20g), rzodkiewka.</p>	<p><i>Śniadanie : (1,7)</i> Kawa inka z mlekiem. Chlebek pytlowy (50g) z masłem (5g), serek biały mielony z bazylią i pomidorkiem (60g)</p>	<p><i>Śniadanie : (1,7)</i> Kluski lane na mleku (200ml). Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), serek żółty (25g), pomidorek (40g).</p>	<p><i>Śniadanie : (1,7)</i> Kasza manna z sokiem malinowym (200ml) Chlebek 7 zbóż (50g) z masłem (5g), kiełbasa krakowska (25g), ogórek kiszony (15g)</p>	<p><i>Śniadanie : (1,3,7)</i> Kakao (200ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (50g), jajko na twardo z majonezem (30g), szczypiorek.</p>
<p><i>II Śniadanie:</i> Herbatka owocowa (200ml), papryka (40g).</p>	<p><i>II Śniadanie:</i> Herbatka miętowa (200 ml), marchewka (40g)</p>	<p><i>II Śniadanie:</i> Herbatka owocowa (200ml), jabłko (100g).</p>	<p><i>II Śniadanie :</i> Herbatka owocowa (200ml), papryka kolorowa (40g).</p>	<p><i>II Śniadanie :</i> Herbatka miętowa (200ml), gruszka (100g).</p>
<p><i>Obiad: (1,7,9)</i> Barszczyk czerwony z ziemniakami (200ml). Gulasz ze schabu karkowego (80g), kasza gryczana (60g), surówka z kiszonej kapusty (100g). Woda z cytryną (200ml).</p>	<p><i>Obiad: (1,3,7,9)</i> Zupka jarzynowa z groszkiem (200ml). Kotlecik z piersi kurczaka (90g), ziemniaki gotowane (150g), buraczkę zasmażaną na liściu sałaty (100g). Kompot truskawkowy (200ml).</p>	<p><i>Obiad: (1,3,7,9)</i> Żurek z ziemniakami i białą kiełbasą (250 ml). Spaghetti z cukinią, pomidorami i czosnkiem (200g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p><i>Obiad: (1,3,7,9)</i> Krupniczek z natką (200ml). Gołąbki w sosie pomidorowym (120g), ryż jaśminowy (70g), świeży ogórek (50g). Woda z cytryną (200ml)</p>	<p><i>Obiad: (1,3,4,7,9)</i> Zupka kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami (200 ml). Makaron z białym serem i polewą jogurtowo-truskawkową (200g) Kompot śliwkowy (200ml).</p>
<p><i>Podwieczorek:</i> Serek kakaowy z miodem (60g), wafle andruty, mandarynka (90g) Herbatka z cytryną (200 ml)</p>	<p><i>Podwieczorek: (1,3,4,7)</i> Bułka (40g) z masłem (5g), pasta z makreli wędzonej i jajka ze szczypiorkiem (50g). Herbata z cytryną (200ml).</p>	<p><i>Podwieczorek: (1,7)</i> Chlebek fitness (40g) z masłem (5g), polędwica (25g), sałata. Herbatka z cytryną (200 ml).</p>	<p><i>Podwieczorek: (1,3,7)</i> Ciasto drożdżowe (40g), Banany (150g). Herbata z cytryną (200ml).</p>	<p><i>Podwieczorek: (1,3,7)</i> Galaretkę truskawkową z bitą śmietaną i wiórkami czekoladowymi (110 ml), biszkopt. Herbatka z cytryną (200ml).</p>