

Jadłospis

Poniedziałek 31.03	Wtorek 01.04	Środa 02.04	Czwartek 03.04	Piątek 04.04
Śniadanie : (1,7) <i>Kasza jaglana (200ml).</i> <i>Pieczyno mieszane (pszenne i razowe) (40g), z masłem (5g) polędwica sopocka (25g) , pomidor (30g).</i>	Śniadanie : (1,7) <i>Kawa inka z mlekiem (150 ml)</i> <i>Kajzerka mini (40g) z masłem (5g), ser żółty (25g), rzodkiewka, szczypiorek,</i>	Śniadanie : (1,7) <i>Makaron na mleku (200ml).</i> <i>Chlebek pytlowy (40g) z masłem (5g), szynka tradycyjna (25g), sałata.</i>	Śniadanie : (1,7) <i>Płatki jęczmienne (200ml).</i> <i>Bufka kajzerka mini (40g) z masłem (5g), pasta z serka białego z avocado i bazylią (60g).</i>	Śniadanie : (1,7) <i>Kakao (150 ml).</i> <i>Chlebek 7 zbóż (30g) z masłem (5g) , kiełbasa krucha (25g), ogórek świeży (20g).</i>
II Śniadanie: <i>Herbatka owocowa (200 ml), mandarynki (80g)</i>	II Śniadanie: <i>Herbatka miętowa (200 ml), jabłko (100g).</i>	II Śniadanie: <i>Herbatka owocowa (200ml), banan (120 g)</i>	II Śniadanie : <i>Herbatka owocowa (200ml), marchewka do chrupania (50g)</i>	II Śniadanie : <i>Herbatka miętowa (200ml), pomarańcza (150g)</i>
Obiad: (1,3,7,9) <i>Zupa krem z zielonego groszku (200ml).</i> <i>Kotlecik schabowy (90g), ziemniaki (150g), buraczki zasmażane na liściu sałaty (100g).</i> <i>Woda z cytryną (150ml)</i>	Obiad: (1,7,9) <i>Biały barszczyk z ziemniakami (200ml).</i> <i>Szynka w sosie majerankowym (90g), ryż jaśminowy (150g), surówka z marchwi i jabłką (100g).</i> <i>Kompot śliwkowy (200ml).</i>	Obiad: (1,7,9) <i>Zupka pomidorowa z makaronem (200 ml).</i> <i>Płacki ziemniaczane , sałata masłowa z jogurtem (250g).</i> <i>Kompot truskawkowy (200 ml).</i>	Obiad: (1,3,7,9) <i>Zupa z fasolki szparagowej z natką (200 ml).</i> <i>Pulpety w sosie pomidorowym (100g), kasza pęczak (100g), surówka z białej kapusty, marchewki i cebuli (100g).</i> <i>Kompot śliwkowy (200 ml).</i>	Obiad: (1,3,4,7,9) <i>Zupa kalafiorowa krem z ziemniakami (200ml).</i> <i>Kotlet z miruny w panierce (100g), ziemniaki (150g), surówka z kiszonej kapusty i buraczków (100g).</i> <i>Woda z cytryną (200ml).</i>
Podwieczorek: (1,7) <i>Bufka (35g) z masłem (5g), dżem truskawkowy (niskosłodzony), jabłko (100g).</i> <i>Herbata z cytryną (200ml).</i>	Podwieczorek: (1,3,4,7) <i>Chlebek żytni fitness (30g) z masłem (5g), szynka biała (25g), pomidor (25g).</i> <i>Herbatka z cytryną (200ml).</i>	Podwieczorek: (1,3,4,7) <i>Bufka pszenna (35g) z masłem (5g), pasta z makreli i białego serka ze szczypiorkiem (50g).</i> <i>Herbata z cytryną (200ml).</i>	Podwieczorek: (1,7) <i>Ciasteczka owsiane kakao Sante (30g), kisiel wiśniowy z owocami (wyrób własny) (60g).</i> <i>Herbatka z cytryną (200ml).</i>	Podwieczorek: (1,3,7) <i>Bufka pszenna (40g) z masłem (5g), serek żółty , jajko (50g), rzodkiewka.</i> <i>Herbatka z cytryną (200ml)</i>