

Jadłospis

Poniedziałek 26.05	Wtorek 27.05	Środa 28.05	Czwartek 29.05	Piątek 30.05
Śniadanie : (1,7) Płatki kukurydziane z mlekiem (200ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (40g), z masłem (5g) szynką ze wsi (25g), pomidor (25g).	Śniadanie : (1,3,7) Kawa inka z mlekiem (150 ml) Chlebek pytlowy (40g) z masłem (5g), jajko na twardo (25g), szczypiorek,	Śniadanie : (1,7) Kakao (200ml). Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), serek biały mielony z rzodkiewką (60g)	Śniadanie : (1,7) Kawa inka z mlekiem (200ml). Chlebek 7 zbóż (40g) z masłem (5g), szynką bez konserwantów (25g), pomidor (25g).	Śniadanie : (1,7) Płatki ryżowe mleku (200 ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (40g), z masłem (5g), schab pieczony (40g), papryką (20g)
II Śniadanie: Herbatka owocowa (200 ml), jabłko (130g)	II Śniadanie: Herbatka miętowa (200 ml), papryka do chrupania (40g).	II Śniadanie: Świeży soczek owocowy (jabłko, pomarańcza, cytryna kurkuma 150ml).	II Śniadanie : Herbatka owocowa (200ml), pomarańcza (130g)	II Śniadanie : Herbatka miętowa (200ml), mandarynka (130g)
Obiad: (1,7,9) Żurek z ziemniakami (200ml) Gulasz z udźca indyka (100g), Dzik ryż z jaśminowym (80g), surówka z czerwonej kapusty i jabłka (100g). Kompot truskawkowy (200ml).	Obiad: (1,3,7,9) Zupka krupniczek z kaszy jaglanej z natką (200ml). Kotlet z piersi kurczaka (100g), ziemniaki gotowane (150g), marchewka gotowana (100g). Woda z cytryną (150ml)	Obiad: (1,7,9) Zupka jarzynowa krem (200ml). Makaron wstążki z sosem pomidorowym, świeżą bazylią i parmezanem (250g). Kompot śliwkowy (200 ml).	Obiad: (1,7,9) Zupka ryżanka z pomidorami (200ml). Schab w sosie własnym (100g), ziemniaki gotowane (100g), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą (100g). Woda z cytryną (200ml).	Obiad: (1,3,7,9) Zupka barszczyk ukraiński (200 ml). Naleśniki z serem białym i polewą jogurtową – truskawkową (250g). Kompot śliwkowy (200ml).
Podwieczorek: (1,4,7) Bułka (35g) z masłem (5g), pasta z makreli ze szczypiorkiem (40g). Herbatka z cytryną (200ml),	Podwieczorek: (1,7) Bułka (40g) z masłem (5g), serek żółty (25g), ketchup łagodny. Herbata z cytryną (200ml).	Podwieczorek: (1,7) Chleb żytni fitness (30g) z masłem (5g), polędwica sopocka (25g), ogórek świeży (20g). Herbata z cytryną (200ml).	Podwieczorek: (1,7) Chleb z masłem (40g), serek biały z truskawkami (60g) Herbatka z cytryną (200ml).	Podwieczorek: (1,3,7) Bułka (40g) z masłem (5g), jajko na twardo, ser żółty (30g), rzodkiewka. Herbatka z cytryną (200 ml)