

Jadłospis

Poniedziałek 15.09	Wtorek 16.09	Środa 17.09	Czwartek 18.09	Piątek 19.09
Śniadanie : (1,7) Ryż na mleku (200ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (50g), z masłem (5g), szynką białą (25g), sałata.	Śniadanie : (1,3,7) Kawa inka z mlekiem (200 ml). Chlebek 7 zbóż (50g) z masłem (5g), ser żółty (20g), jajko na twardo (20g), rzodkiewka.	Śniadanie : (1,7) Kakao z mlekiem (200ml). Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), serek biały ze świeżą bazylią i pomidorkiem (70g).	Śniadanie : (1,7) Makaron zwierzątka na mleku (200ml). Chlebek wiejski (50g) z masłem (5g), kiełbasa krakowska (25g), ogórek świeży (25g).	Śniadanie : (1,7) Płatki kukurydziane na mleku (200ml). Chlebek fitness (50g) z masłem (5g), szynką z indyka (25g), ogórek kiszony (20g).
II Śniadanie: Herbatka owocowa (200 ml), jabłko (100g)	II Śniadanie: Herbatka miętowa (200ml), śliwkę (50g)	II Śniadanie: Herbatka owocowa (200ml), marchew do chrupania (50g).	II Śniadanie : Herbatka owocowa (200ml), ananas świeży (100g).	II Śniadanie : Herbatka miętowa (200 ml), papryka (50g).
Obiad: (1,3,7,9) Zupka pieczarkowa z makaronem (200g). Kotlecik mielony (80g), ziemniaki (150g), surówka z ogórka, pomidora i cebulki ze śmietaną (100g). Woda z cytryną (200ml).	Obiad: (1,3,7,9) Zupka krem z białych warzyw (200ml). Pulpety z indyka w sosie koperkowym (100g), ryż jaśminowy (50g), surówka z czerwonej kapusty i jabłka (100g). Kompot śliwkowy (200ml).	Obiad: (1,3,4,7,9) Zupka z fasolki szparagowej (200ml). Ryba miruna pieczona (100g), ziemniaki (150g), surówka z kiszonej kapusty i buraka (100g). Kompot truskawkowy (200ml).	Obiad: (1,7,9) Zupa z czerwonej soczewicy (200ml) Gulasz z szynki (70g), kasza gryczana (50g), buraczki zasmażane (100g). Kompot śliwkowy (200ml)	Obiad: (1,3,7,9) Zupka jarzynowa krem (200ml). Naleśniki z serkiem białym i polewą jabłkowo- śmietanowo-cynamonową (300g) Woda z cytryną (200ml).
Podwieczorek: (1,7) Chiałka (30g), serek kakaowy (60g), Herbatka z cytryną (200ml).	Podwieczorek: (1,7) Bułka (50g) z masłem (5g), kiełbasa żywiecka (20g), ogórek kiszony. Herbatka z cytryną (200 ml)	Podwieczorek: (1,7) Chlebek fitness (40g) z masłem (5g), szynką wiejską (20g), papryką (40g) Herbata z cytryną (200ml)	Podwieczorek: (1,3,7) Bułka (50g) z masłem (5g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (50g) Herbata z cytryną (200ml)	Podwieczorek: (1,7) Ciasteczka owsiane (50g), galaretką truskawkową z bitą śmietaną, malinami i borówkami (200g). Herbatka z cytryną (200ml)

