

Jadłospis

<p>Poniedziałek 03.11</p>	<p>Wtorek 04.11</p>	<p>Środa 05.11</p>	<p>Czwartek 06.11</p>	<p>Piątek 07.11</p>
<p>Śniadanie: (1,3,7) Kawa inka z mlekiem (200 ml). Chlebek pytlowy (50g), z masłem (5g), serek żółty (25g), jajko (25g), rzodkiewka.</p>	<p>Śniadanie: (1,3,7) Makaron literki na mleku Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (50g) z masłem (5g), szynka biała (25g), pomidorek (25g).</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Kakao z mlekiem (200ml). Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), serek biały ze świeżą bazylią i pomidorkiem (70g).</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Kasza jaglana (200ml). Chlebek 7 zbóż (50g) z masłem (5g), kabanosy wieprzowe (50g), papryka (25g).</p>	<p>Śniadanie: (1,7) Kluski lane na mleku (200ml). Chlebek fitness (50g) z masłem (5g), schab pieczony (25g), sałata.</p>
<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200 ml), gruszkę (100g)</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa (200ml), mandarynka (130g)</p>	<p>II Śniadanie: Świeży soczek owocowy (jabłko, gruszka, szpinak, limonka 150ml).</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka owocowa (200ml), marchewka do chrupania (50g).</p>	<p>II Śniadanie: Herbatka miętowa (200 ml), papryka do chrupania (50g).</p>
<p>Obiad: (1,3,7,9) Zupka pieczarkowa z makaronem (200g). Kotlecik mielony (100g), ziemniaki gotowane (150g), surówka z pomidorów, ogórków i cebulki ze śmietaną (100g). Woda z cytryną (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Krupniczek z kaszą manną i koperkiem (200ml). Pałka z kurczaka (100g), ryż jaśminowy (50g), marchewka gotowana z groszkiem (100g). Kompot truskawkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,3,7,9) Biały barszczyk z białą kiełbasą (200ml). Kluski leniwe z masłem i brązowym cukrem (200g), surówka z marchewki i jabłką (100g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p>Obiad: (1,7,9) Barszczyk czerwony z ziemniakami (200ml). Gulasz z piersi indyka (90g), makaron (50g), surówka z czerwonej kapusty i jabłką (100g). Kompot truskawkowy (200ml)</p>	<p>Obiad: (1,3,4,7,9) Zupa pomidorowa z ryżem (200ml) Kotlecik z miruny z natką (100g) ziemniaki gotowane (100g), surówka z sałaty lodowej jogurtu i pomarańczy (100g) Woda z cytryną (200ml).</p>
<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka (50g) z masłem (5g), szynka eco (20g), ogórek kiszony. Herbatka z cytryną (200 ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka (50g) z masłem (5g), hummus z suszonymi pomidorami (wyrób własny) (50g), kiełki słonecznika. Herbata z cytryną (200ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,3,4,7) Chlebek fitness (40g) z masłem (5g), pasta z makreli i jajka ze szczypiorkiem (60g). Herbata z cytryną (200ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Herbatniki petitki (50g) mus z jabłką, banana i czarnej porzeczki z liofilizowanym ananase (100g) Herbata z cytryną (200ml)</p>	<p>Podwieczorek: (1,7) Bułka (50g) z masłem (5g), miód naturalny (15g), śliwki (10g). Herbatka z cytryną (200ml)</p>

