

Jadłospis

Poniedziałek 12.01	Wtorek 13.01	Środa 14.01	Czwartek 15.01	Piątek 16.01
Śniadanie : (1,7) <i>Kasza manna na mleku (200ml).</i> <i>Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (40g), z masłem (5g) ser żółty (25g), pomidor (25g), szczypiorek (7g).</i>	Śniadanie : (1,3,7) <i>Kawa inka z mlekiem (150 ml)</i> <i>Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), serek biały mielony ze szczypiorkiem i rzodkiewką (60g).</i>	Śniadanie : (1,7) <i>Kakao (200ml).</i> <i>Chlebek pytlowy (40g) z masłem (5g), szynka tradycyjna (25g), ogórek kiszony 925g),</i>	Śniadanie : (1,3,7) <i>Płatki kukurydziane z mlekiem (200ml).</i> <i>Chlebek 7 zbóż (40g) z masłem (5g), jajko na twardo (35g), rzodkiewka (10g).</i>	Śniadanie : (1,7) <i>Płatki owsiane na mleku (200 ml).</i> <i>Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (40g), z masłem (5g), polędwica sopocka (40g), papryka (20g)</i>
II Śniadanie: <i>Herbatka owocowa (200 ml), jabłko (130g)</i>	II Śniadanie: <i>Herbatka miętowa (200 ml), papryka do chrupania (50g).</i>	II Śniadanie: <i>Herbatka owocowa (200 ml), marchewka do chrupania (50g)</i>	II Śniadanie : <i>Herbatka owocowa (200ml), pomarańcza (130g)</i>	II Śniadanie : <i>Herbatka miętowa (200ml), mandarynka (120g)</i>
Obiad: (1,7,9) <i>Zupka pomidorowa z makaronem (250ml)</i> <i>Pałka z kurczaka (100g), ryż jaśminowy (100g), surówka selera, marchwi i pora z majonezem (100g).</i> <i>Woda z cytryną (150ml)</i>	Obiad: (1,3,7,9) <i>Zupka barszczyk czerwony z ziemniakami (250 ml).</i> <i>Kotlecik panierowany z indyka (100g), ziemniaki gotowane (100g), mizeria z jogurtem naturalnym (100g).</i> <i>Kompot truskawkowy (200ml).</i>	Obiad: (1,7,9) <i>Zupka z czerwonej soczewicy (250 ml)</i> <i>Makaron sosem pieczarkowo-śmietanowym (200g), sałata lodowa z oliwą i dymką (70g).</i> <i>Kompot śliwkowy (200 ml).</i>	Obiad: (1,7,9) <i>Zupka ogórkowa z ziemniakami (250 ml) .</i> <i>Schab w sosie własnym (100g), kasza bulgur (100g), surówka z kapusty pekińskiej (100g).</i> <i>Woda z cytryną (200ml).</i>	Obiad: (1,3,4,7,9) <i>Krem marchewkowy (250ml).</i> <i>Łosoś pieczony (80g), ziemniaki gotowane (100g), surówka z ogórka kiszzonego, marchwi i cebuli (100g).</i> <i>Kompot śliwkowy (200ml).</i>
Podwieczorek: (1,7) <i>Bułka (30g) z masłem (5g), schab pieczony (25g), papryka (20g).</i> <i>Herbatka z cytryną (200ml),</i>	Podwieczorek: (1,7) <i>Bułka z masłem (40g), miód naturalny (20g), banan (120g). Herbata z cytryną (200ml).</i>	Podwieczorek: (1,3,4,7) <i>Chleb żytni (35g) z masłem (5g), pasta z makreli i jajka ze szczypiorkiem (50g).</i> <i>Herbata z cytryną (200ml).</i>	Podwieczorek: (1,7) <i>Wafle kukurydziane, kisiel z wiśniami (wyrób własny) (150g)</i> <i>Herbatka z cytryną (200ml).</i>	Podwieczorek: (1,7) <i>Bułka (40g) z masłem (5g), serek biały z truskawkami (50g).</i> <i>Herbatka z cytryną (200 ml)</i>