

# Jadłospis

<p><i>Poniedziałek</i> 09.02 Dzień Pizzy</p>	<p><i>Wtorek</i> 10.02</p>	<p><i>Środa</i> 11.02</p>	<p><i>Czwartek</i> 12.02</p>	<p><i>Piątek</i> 13.02</p>
<p><i>Śniadanie: (1,3,7)</i> Ryż na mleku (200ml). Pieczywo mieszane (pszenne i razowe) (50g), z masłem (5g), pasta z szynki, jajka i szczypiorku (30g), rzodkiewka (5g).</p>	<p><i>Śniadanie: (1,3,7)</i> Kawa inka z mlekiem (200 ml). Chlebek 7 zbóż (50g) z masłem (5g), serek żółty (20g), pomidor (20g).</p>	<p><i>Śniadanie: (1,7)</i> Kasza manna na mleku (200ml). Kajzerka mini (50g) z masłem (5g), serek biały z rzodkiewką (70g), rukola.</p>	<p><i>Śniadanie: (1,7)</i> Kakao z mlekiem (200ml). Chlebek wiejski (50g) z masłem (5g), kiełbasa krakowska (25g), ogórek świeży (25g).</p>	<p><i>Śniadanie: (1,7)</i> Płatki kukurydziane na mleku (200ml). Chlebek fitness (50g) z masłem (5g), filety z indyka (25g), ogórek kiszony (20g).</p>
<p><i>II Śniadanie:</i> Herbatka owocowa (200 ml), jabłko (120g)</p>	<p><i>II Śniadanie:</i> Herbatka miętowa (200ml), pomarańcze (150g)</p>	<p><i>II Śniadanie:</i> Świeży sok z: jabłko, marchewki, ananasa i buraka (150ml),</p>	<p><i>II Śniadanie:</i> Herbatka owocowa (200ml), jabłko (120g).</p>	<p><i>II Śniadanie:</i> Herbatka miętowa (200 ml), marchewka do gryzienia (50g).</p>
<p><i>Obiad: (1,7,9)</i> Zupka rosółek drobiowy ala "flaczki" z kurczakiem (200ml). Pizza serem żółtym, szynką, ketchupem i rukolą (wyrób własny) (250g). Woda z cytryną (200ml).</p>	<p><i>Obiad: (1,3,7,9)</i> Zupka ogórkowa z koperkiem (200ml). Pulpety z indyką w sosie (100g), ryż jaśminowy (100g), surówka z czerwonej kapusty, jabłko i cebulki (100g). Kompot śliwkowy (200ml).</p>	<p><i>Obiad: (1,3,7,9)</i> Zupka jarzynowa krem (200ml). Makaron spaghetti z pomidorami i parmezanem (200g), sałata z oliwą z oliwek i dymką (100g). Kompot truskawkowy (200ml).</p>	<p><i>Obiad: (1,7,9)</i> Zupka z fasolki szparagowej (200ml). Gulasz wołowy (90g), kasza gryczana (100g), buraczkę zasmażane na liściu sałaty (100g). Kompot śliwkowy (200ml)</p>	<p><i>Obiad: (1,3,4,7,9)</i> Zupa z czerwonej soczewicy (200ml) Kotlecik z miruny z natką (100g) ziemniaki gotowane (100g), surówka z kiszonej kapusty i buraka (100g). Woda z cytryną (200ml).</p>
<p><i>Podwieczorek: (1,7)</i> Wafle kukurydziane (30g), serek z truskawkami (60g), Herbatka z cytryną (200ml).</p>	<p><i>Podwieczorek: (1,7)</i> Bułka (50g) z masłem (5g), jajko na twardo (30g), rzodkiewka Herbatka z cytryną (200 ml)</p>	<p><i>Podwieczorek: (1,7)</i> Chlebek fitness (40g) z masłem (5g), szynka wiejska (20g), papryka (40g) Herbata z cytryną (200ml)</p>	<p><i>Podwieczorek: (1,3,7)</i> Pączek z jabłuszką i cukrem pudrem (wyrób własny), mandarynka (130g). Herbata z cytryną</p>	<p><i>Podwieczorek: (1,7)</i> Ciasteczka owsiane (35g), Banan (120g). Herbatka z cytryną (200ml)</p>