

JADŁOSPIS

04.09.2023 - 08.09.2023

DZ. TYG.

PONIEDZIAŁEK	<p><u>ŚNIADANIE</u></p> <p>Płatki owsiane(15g) na mleku(150ml). Pieczywo mieszane z masłem, polędwica sopocka, serek almette (35/5/15/25g), papryka, ogórek kwaszony(20/20g), herbata owocowa(150ml). Melon, jabłko(150g).</p> <p><u>OBIĄD</u></p> <p>Żurek z jajkiem(225ml). Risotto z indykiem(150g), sałata z jogurtem naturalnym(10g), kompot(150ml).</p> <p><u>PODWIECZOREK</u></p> <p>Grahamka z masłem(35/5g), szynka drobiowa, pomidor, rzodkiewki(20/20g), pokrzywa z cytryną(150ml). Ogórek świeży(20g).</p>
WTOREK	<p><u>ŚNIADANIE</u></p> <p>Płatki jęczmienne(15g) na mleku(150ml). Pieczywo mieszane z masłem, schab pieczony(35/5/15g), pasta jajeczna ze szczypiorkiem(15g), sałata, pomidor(5/20g), herbata owocowa(150ml). Sok owocowo-warzywny(100ml).</p> <p><u>OBIĄD</u></p> <p>Rosół(225ml). Kotlet schabowy(70g), ziemniaki(150g), buraczki(50g), kompot(150ml).</p> <p><u>PODWIECZOREK</u></p> <p>Chałka(35g) z masłem i dżemem truskawkowym Bio(5/5g), kawa inka(150ml). Marchewka(20g).</p>
ŚRODA	<p><u>ŚNIADANIE</u></p> <p>Zacierki(15g) na mleku(150ml). Pieczywo mieszane z masłem, szynka, twarożek z miodem (35/5/15/15g), pomidor, ogórek(20/20g), mięta z pomarańczą(150ml). Arbuz, jabłko(150g).</p> <p><u>OBIĄD</u></p> <p>Szczawiowa z jajkiem(225ml). Spaghetti bolognese z serem żółtym(150g), sałata lodowa z sosem vinegre(10g), kompot(150ml).</p> <p><u>PODWIECZOREK</u></p> <p>Razówka z masłem(35/5g), polędwica drobiowa, papryka, rzodkiewki(20/20g), herbata owocowa(150ml). Ogórek świeży(20g).</p>
CZWARTEK	<p><u>ŚNIADANIE</u></p> <p>Płatki pszenne(25g) na mleku(150ml). Pieczywo mieszane z masłem, szynka wiejska(35/5/15g), ser żółty (15g), ogórek kwaszony, pomidor(20/20g), herbata owocowa(150ml). Banan, jabłko(150g).</p> <p><u>OBIĄD</u></p> <p>Barszcz czerwony(225ml). Udko kurczaka pieczone(120g), ryż(40g), mizeria(120g), kompot(150ml).</p> <p><u>PODWIECZOREK</u></p> <p>Budyń z musem owocowym(120ml), herbatniki be-be(35g). Marchewka(25g).</p>
PIĄTEK	<p><u>ŚNIADANIE</u></p> <p>Musli owocowe(15g) na mleku(150ml). Pieczywo mieszane z masłem, krakowska sucha, ser twarogowy w plastrach(35/5/15/15g), papryka, sałata(20/5g), mięta z pomarańczą(150ml). Nektarynka, jabłko(150g).</p> <p><u>OBIĄD</u></p> <p>Barszcz biały(225ml). Paluszki rybne(65g), ziemniaki(100g), surówka z kapusty kwaszonej(110g), kompot(150ml).</p> <p><u>PODWIECZOREK</u></p> <p>Ciasto bananowe(35g), mleko(100ml). Marchewka(25g).</p>

* gramatura produktów przed obróbką termiczną