

JADŁOSPIS

11.09.2023 - 15.09.2023

DZ. TYG.

PONIEDZIAŁEK	<p><u>ŚNIADANIE</u> Płatki owsiane(15g) na mleku(150ml). Pieczywo mieszane z masłem, szynka wiejska, ser żółty (35/5/15/15g), pomidor, sałata(20/5g), herbata owocowa(150ml). Brzoskwinia, jabłko(150g).</p> <p><u>OBIĄD</u> Ogórkowa(225ml). Boeuf strogonow(65g), kasza gryczana(50g), surówka z ogórka kwaszonego, cebuli i jabłka z oliwą(45g), kompot(150ml).</p> <p><u>PODWIECZOREK</u> Chałka z masłem i miodem(35/5/10g), kisiel(150ml). Marchewka(25g).</p>
WTOREK	<p><u>ŚNIADANIE</u> Płatki żytnie(15g) na mleku(150ml). Pieczywo mieszane z masłem, schab pieczony(35/5/15g), serek kremowy(15g), ogórek, pomidor(20/20g), mięta z pomarańczą(150ml). Sok owocowo-warzywny(100ml).</p> <p><u>OBIĄD</u> Pomidorowa z makaronem(225ml). Kotlet mielony(65g), ziemniaki(150g), sałata z jogurtem naturalnym (40g), kompot(150ml).</p> <p><u>PODWIECZOREK</u> Kanapka z szynką i serem żółtym na ciepło z ketchupem(35/5/15/15g), lipa z cytryną(150ml). Ogórek świeży(25g).</p>
ŚRODA	<p><u>ŚNIADANIE</u> Płatki kukurydziane(15g) na mleku(150ml). Pieczywo mieszane z masłem, polędwica sopocka(35/5/15g), ser twarogowy w plastrach(15g), ogórek kwaszony, pomidor(20/20g), herbata owocowa(150ml). Gruszka, jabłko(150g).</p> <p><u>OBIĄD</u> Fasolowa(225ml). Naleśniki z serem białym/dżemem polane jogurtem naturalnym(200g), tarta marchewka z jabłkiem (120g), kompot(150ml).</p> <p><u>PODWIECZOREK</u> Bułeczka z masłem(35/5g), parówka Berlinka z ketchupem(15/3g), herbata z dzikiej róży (150ml). Marchewka(25g).</p>
CZWARTEK	<p><u>ŚNIADANIE</u> Kasza manna(15g) na mleku(150ml). Pieczywo mieszane z masłem, żywiecka sucha(35/5/15g), serek almette(15g), ogórek kwaszony, pomidor(20/20g), herbata owocowa(150ml). Winogrona, jabłko(150g).</p> <p><u>OBIĄD</u> Pieczarkowa z makaronem(225ml). Kotlet drobiowy(80g), ziemniaki(100g), surówka colesław(120g), kompot(150ml).</p> <p><u>PODWIECZOREK</u> Bułeczka wielozbożowa z masłem(35/5g), szynka drobiowa, papryka, sałata(15/20/5g), mięta z pomarańczą (150ml). Ogórek zielony(25g).</p>
PIĄTEK	<p><u>ŚNIADANIE</u> Lane kluski(15g) na mleku(150ml). Pieczywo mieszane z masłem, szynka gotowana, pasta jajeczna ze szczypiorkiem (35/5/15/25g), papryka, pomidor(20/20g), herbata owocowa(150ml). Arbuz, jabłko(150g).</p> <p><u>OBIĄD</u> Krupnik(225ml). Ryba smażona(65g), frytki(100g), ketchup(5g), surówka z kapusty pekińskiej, papryki i kukurydzy z sosem vinegre(100g), kompot(150ml).</p> <p><u>PODWIECZOREK</u> Ciasto marchewkowe(70g), kawa inka(150ml). Kalarepa(25g).</p>

* gramatura produktów przed obróbką termiczną