

Jadłospis pp 20.01-24.01

					
	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie I i II	Pieczyno mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, polędwica drobiowa 20g, serek śmietankowy ze szczypiorkiem 20g, sałata lodowa 10g, Jabłko 100g Herbata z dzikiej róży 200ml (1,7)	Pieczyno mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, pasta drobiowa z gotowanego kurczaka z marchewką 20g, dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 20g, pomidor 20g, Kaszka manna z pszenicy na mleku z sosem wieloowocowym w/w 150g Herbata cytrynowa na bazie czarnej herbaty 200ml (1,7)	Pieczyno mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, szynka wieprzowa 20g, mix sałat 10g, ogórek zielony 20g Herbata czarna 200ml Owsianka na mleku z bakaliami (rodzynki, śliwki) 150g (1,7,12)	Pieczyno mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, makrela wędzona 10g, pasztet drobiowy z kurczaka i indyka z żurawiną 20g, sałata 10g, rzodkiewka 10g Herbata owoce leśne 200ml (Budyń waniliowy na mleku 150g (1,4,7,12)	Pieczyno mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, pasta jajeczna 20g, masło 10g, żółty ser 20g, sałata masłowa 10g, ogórek zielony 25g Kakao z mlekiem 200ml (1,3,7)
Obiad	Zupa z soczewicy z ziemniaczkami na bulionie ze świeżych warzyw ze śmietanką 33% 250ml (9) Makaron świderki z maki durum z sosem bolognese z tartą pietruszką 250g (1) Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml	Zupa koperkowa na śmietance 33% na bulionie świeżych warzyw 250ml (9) Panierowany filec z kurczaka 70g, ziemniak 150g, surówka z kapusty pekińskiej 60g Kompot wiśniowy bez cukru 200ml	Krem pomidorowy na bulionie ze świeżych warzyw z grzankami 250ml (1,9) Kluski leniwe na twarogu z masłem i bułką tartą 200g, tarta marchewka 50g (1,7) Kompot jabłkowy bez cukru 200ml	Rosół z kurczaka z makaronem pszennym marchewką i natką pietruszki 250ml (1,9) Pieczeń z indyka 80g, kasza gryczana 150g, kapusta duszona ze śliwką 60g (12) Kompot truskawkowy bez cukru 200ml	Zupa gulaszowa na bulionie ze świeżych 250ml (9) Naleśniki 3 szt z musem twarogowym z jabłkiem 50g z naszej pracowni (1,3,7) Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml
Podwieczorek	Galaretki brzoskwiniowa 150g, bakalie (rodzynki, śliwki, daktyl) 5g (12)	Naleśnik z dżemem niskosłodzonym 1 szt / kalarepa 35g	Bułka pszenna 50g z dżemem z czarnej porzeczki niskosłodzonym 20g (1)	Jogurt naturalny z bananem z czekoladową granolą (płatki owsiane, pszenne, syrop daktylowy, kakao, tłuszcz kakaowy 150g (1,7)	Banan 100g
	Kcal 1382 B 45,5g Tł 34,9g W 219,7g	Kcal 1182 B 47,2g Tł 38,9g W 163,3g	Kcal 1289 B 45,6g Tł 41g W 194,6g	Kcal 1689 B 73,9g Tł 45,5g W 253g	Kcal 1247 B 44,2g Tł 50,9g W 159,5g