

JADŁOSPIS pp 27.01-31.01

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10, parówki wieprzowe 60g, ketchup w/w 10g, żółty ser 30g, ogórek kiszony 20g, jabłko 100g (1,7) Napar z mięty bez cukru 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, szynka wieprzowa 30g, pomidor 20g, ogórek zielony 20g Owsianka z bakaliami 150ml (rodzynki, śliwki, daktyle) (1,7,12) Kakao z mlekiem 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, serek śmietankowy ze szczypiorkiem 30g, jajecznica 60g, sałata lodowa 10g, Rzodkiewka 40g (1,3,7) Herbata czarna bez cukru 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, wędlina 30g, sałata masłowa 10g, płatki kukurydziane z mlekiem 150ml, Gruszka/jabłko 100g (1,7) Herbata z dzikiej róży bez cukru 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, żółty ser 30g, pasta drobiowa 30g, ogórek kiszony 20g, Banan 100g (1,7) Herbata wieloowocowa bez cukru 200 ml
Obiad	Zupa ogórkowa na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9) Makaron kokardki 200g z sosem śmietanowym z brokułami i kurczakiem 100ml (1,7) Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml	Barszczyk z makaronem na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (1,9) Sznycelki drobiowe 70g ziemniaczki puree 150g, surówka colesław 50g (7) Kompot jabłkowy bez cukru 200ml	Krem z kalarepy na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9) Pierogi z mięsem i warzywami 4 szt i okrasą z cebulki, (7) Kompot śliwkowy bez cukru 200ml	Rosół z kury z makaronem 250ml (1,9) Pulpeciki wieprzowe 70g w sosie koperkowym 50ml ,ryż 150g ,buraczki 50g (7) Kompot truskawkowy bez cukru 200ml	Zupa pomidorowa z ryżem na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9) Kotlecik z dorsza 70g ,ziemniaki puree 150g , surówka z kiszonej kapusty 50g (1,3,4,7) Kompot wiśniowy bez cukru 200ml
Podwieczorek	Chałka 50g z dżemem n/s 30g (1)	Kisiel wiśniowy z owocami 150 ml	Jabłko zapiekane 100g	Brownie z wiśniami (1,3) 50g	Koktajl z truskawek na jogurcie naturalnym 150ml (1,7)
	Kcal 1582 B 41g Tł 48,3g W 240g	Kcal 1782 B 63,4g Tł 45,1g W 283,1g	Kcal 1260,1 B 39,1g Tł 46,8g W 172,2g	Kcal 1336 B 39,7g Tł 40,2g W 203,6g	Kcal 1099 B 44g Tł 40,1g W 146,6g