

JADŁOSPIS pp 24.03-28.03

	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) Kakao z mlekiem 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, szynka wieprzowa 30g, pomidor 20g, ogórek zielony 20g, pasta drobiowa jogurt z granolą owocową 150ml (1,7,12) Napar z mięty bez cukru 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, serek śmietankowy ze szczypiorkiem 30g, jajko gotowane 30g , sałata lodowa 10g, Rzodkiewka 40g (1,3,7) Herbata czarna bez cukru 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10,żółty ser 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,wędlina 30g , pasta twarogowa 30g , ogórek kiszony 20g, Banan 100g (1,7) Herbata wieloowocowa bez cukru 200 ml
Obiad	Krupnik na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9) Makaron tagiatelle 200g z sosem tatarskim z karmelizowanym kurczakiem 100ml (1,7) Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml	Barszczyk z makaronem na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (1,9) Sznicelki drobiowe 70g ziemniaczki puree 150g, surówka z zielonego ogórka i kukurydzy 50g (7) Kompot jabłkowy bez cukru 200ml	Krem z rzepy i kalarepy na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9) Knedle ze śliwką 3 szt i sosem waniliowym 60ml (7) Kompot śliwkowy bez cukru 200ml	Rosół z kury z makaronem 250ml (1,9) Bitki wieprzowe 70g w sosie pieczeniowym 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	Butka 50g z powidłami n/s 30g (1)	Kisiel wiśniowy z owocami 150 ml	Kasza kuskus z jogurtem naturalnym i mango 150ml (1,7)	Ciasto z wiśniami (1,3) 50g	Koktajl z truskawek na jogurcie naturalnym 150ml (1,7)
	Kcal 1532 B 52,9g Tł 54,7g W 209g	Kcal 1126 B 44g Tł 37,5g W 154g	Kcal 983 B 24,9g Tł 31g W 142g	Kcal 1321 B 44g Tł 46g W 169g	Kcal 949 B 36,6g Tł 33,3g W 118g