

Jadłospis 24.02-28.02

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie I i II	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g masło 10g, powidła śliwkowe, polędwica z indyka 20g, sałata mieszana 10g, Jabłko 100g (1,7) Kakao z mlekiem 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, ogórek zielony 30g, jajecznicza na masleku 60g, pomidor 30g (1,3,7) Marchewka do chrupania 25g / gruszka 25g Herbata z dzikiej róży 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g masło 10g, masło , twarożek z sera półtłustego ze szczypiorkiem 30g, papryka 20g, dżem wiśniowy niskosłodzony 30g (1,7) Banan 100g Herbata cytrynowa na bazie czarnej herbaty 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40 g masło 10, wędlina drobiowa 30g, żółty ser 30, ogórek kiszony 30g, sałata 10g,(1,7) Owsianka na mleku z rodzynkami 150ml Herbata miętowa 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g masło 10g, kasza manna pszenna na mleku z musem z owoców leśnych 150ml, żółty ser 30g, kielki fasoli mung 10g (1,7)Papryka kolorowa do chrupania/Jabłko 50g Herbata wieloowocowa 200ml
Obiad	Kapuśniak na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9) Makaron tagiatelle z mąki durum 150g w sosie z karmelizowanym kurczakiem 100g (1) Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml	Rosół z kury z makaronem pszennym 250ml (1,9) Klopsiki wieprzowe w sosie pieczeniowym z koperkiem 70g , ziemniaki 150g , marchewka z groszkiem 50g (7) Kompot truskawkowy bez cukru 200ml	Zupa jarzynowa na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (1,9) Kotlecik z łososia z warzywami panierowany 70g, ziemniaki puree z mlekiem 2% 150g, surówka colesław 50g (1,4,7) Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml	Zupa pomidorowa 250ml z makaronem na bulionie ze świeżych warzyw (9) Potrawka drobiowa 70g, ryż 150g, warzywa gotowane na parze 50g Kompot wiśniowy bez cukru 200ml	Krem brokułowy z prażonymi nasionami słonecznika i pestkami dyni na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9) Naleśniki z sosem waniliowym w/w (1), marchewka z jabłkiem 50g Kompot jabłkowy bez cukru 200ml
Podwieczorek	Budyń Śmietankowy na mleku 150 ml (mleko, skrobia ziemniaczana, cukier) (7)	Babka piaskowa na mące ziemniaczanej i pszennej z polewą jogurtową 50g (olej, jajka, soda oczyszczona (1,3)	Kisiel 150ml (woda, sok z owoców leśnych, skrobia ziemniaczana, cukier) z chrupkami kukurydzianymi 20g	Naleśniczek z dżemem z czarnej porzeczki 30g niskosłodzonym (1)	Mix owoców do wyboru 100g (gruszka, śliwka, jabłko, banan)
	Kcal 1609 B 80g Tł 36g W 259g	Kcal 1084 B 39g Tł 43g W 143g	Kcal 1228 B 39g Tł 36g W 199g	Kcal 1186 B 52g Tł 40g W 164g	Kcal 1279 B 41g Tł 52g W 186g