



|                         | Poniedziałek                                                                                                                                                                                        | Wtorek                                                                                                                                                                                       | Środa                                                                                                                                                                                                                                   | Czwartek                                                                                                                                                                                                                                                  | Piątek                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Śniadanie I i II</b> | Pieczyno mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g masło 10g, szynka drobiowa 20g , żółty ser 20g, sałata lodowa 10g (1,7) Jabłko 100g Herbata poziomkowa 200ml                               | Pieczyno mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g masło 10g, kiełbasa krakowska 30g, ogórek kiszony 10g , dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 30g (1,7) Banan 100g Kakao z mlekiem 200ml | Pieczyno mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, kaszka manna na mleku 2% 150ml, mix sałat 10g, pasta drobiowa z fileta indyka z marchewką, oliwą i musztardą 50g (1,7) Gruszka 100g Herbata z owoców leśnych 200ml | Butka pszenna 30g , pieczywo mieszane pszenno-żytnie 15g, wieloziarniste 15g, masło 10g , powidła śliwkowe 20g , twarożek z sera tłustego z szczypiorkiem 30g, sałata masłowa 10g (1,7) Mleko 2% z płatkami kukurydzianymi 200ml (7) Napar z melisy 200ml | Pieczyno mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g masło 10g, żółty ser 20g, pomidor 20g, pasta jajeczna 30g, (1,3,7) Ryż na mleku z jabłkiem i cynamonem 100 ml Herbata z dzikiej róży 200ml |
| <b>Obiad</b>            | Krem z gruszki i pietruszki na bulionie ze świeżych warzyw 250ml z grzankami i śmietanką 30% (1,9)<br><br>Makaron penne 150g z sosem serowym z porami 100g (1,7) Kompot truskawkowy bez cukru 200ml | Rosół z kury z makaronem durum 250ml (1,9)<br><br>Pierś z kurczaka po parysku 70 g, ziemniaki 150 g, surówka z kapusty modrej z oliwą z oliwek 50g (1,7) Kompot wiśniowy bez cukru 200ml     | Zupa cebulowa z grzankami serowymi 250ml (1,9)<br><br>Pyzy 2szt z sosem neapolitańskim z boczkiem, cebulką i warzywami 100ml, ogórek kiszony 50g (1) Kompot jabłkowy bez cukru 200ml                                                    | Zupa pomidorowa na bulionie ze świeżych warzyw z ryżem 250ml (9)<br><br>Gulasz drobiowy z warzywami i cebulką 100ml, kasza gryczana 150g, buraczki tarte 50g Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml                                                          | Zupa owocowa z makaronem 250ml (1)<br><br>Pieczone miruna 50g z sosem cytrynowym, ziemniaki gotowane 150g, kapusta kiszona zasmażana 50g (1,3,7,12) Kompot śliwkowy bez cukru 200ml                 |
| <b>Podwieczorek</b>     | Wafelek ryżowy 20g, mus jabłkowy 30g                                                                                                                                                                | Budyń śmietankowy na mleku, 150 ml, jabłko 50g (7)                                                                                                                                           | Ciasto marchewkowe z naszej pracowni 60g (1,3)                                                                                                                                                                                          | Koktajl z wiśni na jogurcie naturalnym 150ml (7)                                                                                                                                                                                                          | Ciasto jogurtowe 60g (1,3)                                                                                                                                                                          |
|                         | Kalorie:1216<br>Białko: 37g<br>Tłuszcz: 36g<br>Węglowodany:185g                                                                                                                                     | Kalorie:1198<br>Białko: 47g<br>Tłuszcz:39g<br>Węglowodany:168g                                                                                                                               | Kalorie: 1074<br>Białko:29g<br>Tłuszcz: 45g<br>Węglowodany:139g                                                                                                                                                                         | Kalorie: 1005<br>Białko: 37g<br>Tłuszcz: 29g<br>Węglowodany:145g                                                                                                                                                                                          | Kalorie: 1048<br>Białko:35g<br>Tłuszcz: 38g<br>Węglowodany: 140g                                                                                                                                    |

W jadłospisie zastrzega się prawo do zmian

W jadłospisie zastrzega się prawo do zmian