

Jadłospis tygodniowy od 09.10.2023 - 13.10.2023

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
09.10.2023 <i>Poniedziałek</i>	Chleb pszenno-żytni 50g, masło 7g, szynka z indyka 20g, pomidor 20g, kakao 150 ml (1,7)	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 250g, kasza z brokułem, kukurydzą i sosem czosnkowym 200g, 1/4 gruszki, kompot truskawkowy 200ml (1,3,7,9)	Budyń waniliowy ok 150g, rurka nadziewana, (1,7)
10.10.2023 <i>Wtorek</i>	Chleb pszenno-żytni 20g, masło 7g, ser żółty 20g, ogórek zielony 20g, kawa zbożowa 150 ml żurawina, (1,7)	Zupa kalafiorowa z zacierką 250g, ziemniaki z koperkiem, pałki z kurczaka 60g, sałata zielona z dipem śmietankowym 100g, herbata ziołowa 200ml (1,3,7,9)	Jaglanka z jabłkiem na mleku ok 150g (7)
11.10.2023 <i>środa</i>	Chleb razowy 60g, masło 7g, kiełbaska drobiowa, keczup, ogórek kiszony 20g, herbata z miodem i cytryną 200ml (1,7)	Zupa kapuśniak z ziemniakami 250g, naleśniki z serem i musem truskawkowym 200g, lemoniada 200ml (1,3,7,9)	Talerz owoców, banan, arbuzy, śliwki
12.10.2023 <i>Czwartek</i>	Chleb żytni 50g, masło 7g, pasta z makreli z pomidorach 20g, papryka czerwona 20g, kawa inka 200ml (1,7)	Zupa krem z marchwi z pestkami dyni 250g, ziemniaki 200g, gulasz wołowy 60g, surówka ala coleslaw 100g, herbata rumiankowa 200ml (1,3,7,9)	Sok jednodniowy pomarańczowy ogród, ciastka zbożowe (1,7)
13.10.2023 <i>Piątek</i>	Bułka 50g, masło 7g, jajecznica 60g, szczypiorek 10g, kakao 150ml orzechy mix (1,7,8)	Zupa koperkowa z ryżem 250g, ziemniaki 200g, ryba miruna 60g, surówka marchew z jabłkiem 100g, kompot wieloowocowy 200ml (1,3,4,7,9)	Chrupkie pieczywo, powidła śliwkowe, herbata owocowa 200ml

Poszczególne elementy jadłospisu mogą ulec zmianie
Woda mineralna podawana bez ograniczeń
* wyrób własny

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, ziola prowansalskie, papryka słodka, przyprawa do ryb, lubczyk, kminek, cynamon, cukier waniliowy.