

Jadłospis tygodniowy od 23.11.2020 do 27.11.2020



Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
23.11.2020 Poniedziałek	Chleb pszenno-żytni 50g, masło 5g, kielbaski drobiowe 1 szt. pomidor 20g, herbata z miodem i cytryną 200ml (1,7)	Zupa fasolka po bretońsku 250g, makaron z serem, masłem i cukrem 200g, herbata miętowa 200ml (1,3,7,9)	Koktajl bananowy z miodem na maślanca ok. 150g (7) *
24.11.2020 Wtorek	Chleb orkiszowy 50g, masło 5g, żółty ser 20g, ogórek zielony 20g, kawa inka 200ml (1,7)	Zupa krupnik z jarzynkami 250g, ziemniaki z koperkiem 200g, kotlety schabowe 60g, sałata masłowa z sosem jogurtowym 100g kompot z czarnej porzeczki 200ml (1,3,7,9)	Smothie : jabłko, gruszka, kiwi ok. 100g, ciastko 1 szt.
25.11.2020 Środa	Bułka 50g, masło 5g, dżem 20g, miód 10g, kakao 200ml, morele (1,7)	Zupa krem z zielonego groszku z pestkami dyni 250g, spaghetti bolognese z żółtym serem 200g, lemoniada 200ml (1,3,7,9)	Galaretko pomarańczowa z tartą czekoladą 150g
26.11.2020 Czwartek	Zupa mleczna z płatkami śniadaniowymi 200g, 1/2 rogal, masło 5g,	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 250g, kasza jęczmienna 40g, gulasz z szynki 60g, ogórek kiszony 100g, kompot wielowocowy 200ml (1,3,7,9)	Mandarynka 1 szt, paluch kukurydziany
27.11.2020 Piątek	Chleb razowy 50g, masło 5g, szynka gotowana 20g, papryka czerwona 20g, herbata z miodem i cytryną 200ml (1,7)	Zupa koperkowa z ryżem 250g, ziemniaki i z koperkiem 200g, filet rybny miruna 60g, mini marchewki 100g, herbata ziołowa 200ml (1,3,7,9)	Budyń waniliowy ok 150g (7)*

Poszczególne elementy jadłospisu mogą ulec zmianie.

Woda 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. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości:

g
l
u
t
e
n
u
,