

JADŁOSPIS DEKADOWY
od 08.11.2021r. do 19.11.2021r.

PONIEDZIAŁEK 08.11.2021r.

ŚNIADANIE: chleb(35g) z masłem i białym serem(10g), pasztetem(10g),kawa mleczna(150g), napar z herbaty owocowej(150g), papryka, rzodkiewka(20g)

OBIAD: zupa ogórkowa (235g), sos truskawkowy(80g), ryż(100g), , napój z soku tłoczonego(200g)

PODWIECZOREK: kanapka z chleba ziarnistego z wędliną drobiową(40g),pomidor (10g), napar z herbaty z sokiem(200g)

WTOREK 09.11.2021r.

ŚNIADANIE: chleb pełen ziaren (35g) z masłem(5g) i paprykarzem rybnym - wyrób własny(10g), dżemem(10g), zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(150g), napar z herbaty ziołowej(150g), rzodkiewka, ogórek kiszony(10g)

OBIAD: zupa rosolnik z kaszką manną (235g), kotlety drobiowe (80g), ziemniaki purre z koperkiem(100g), surówka z marchewki z jabłkiem(80g)

PODWIECZOREK: bio serek- 120g , wafle jaglane(10g), gruszka(20g)

ŚRODA 10.11.2021r.

ŚNIADANIE: bułka graham(35g) z masłem(5g) i wędliną drobiową(10g) ogórek, papryka (20g), zupa mleczna budyniowa (150g), napar z herbaty z cytryną(150g)

OBIAD: zupa grochówka krem(235g), kaszotto z mięsem z szynkówki i warzywami (100g) ,napój z soku tłoczonego(200g)

PODWIECZOREK: placek drożdżowy- wyrób własny(80g), jabłko (20g), napar z herbaty z sokiem(200g)

PIĄTEK 12.11.2021r.

ŚNIADANIE: bułka (35g) z masłem i z miodem (10g), mleko(150g), napar z herbaty owocowej(150g), mandarynka, gruszka (20g)

OBIAD: zupa z pomidorowa z makaronem (235g), omlet jajeczny (80g), ziemniaki purre z koperkiem (100g), gotowany szpinak(80g), napój z soku tłoczonego(150g)

PODWIECZOREK: mus owocowy(80g) , wafle ryżowe z masłem(40g)

PONIEDZIAŁEK 15.11.2021r.

ŚNIADANIE: bułka pszenna(35g) z masłem(5g), konfiturą jagodową (10g), kiwi, mango (20g), mleko (150g), napar z herbaty z miętowej (150g)

OBIAD: zupa jarzynowa (235g), ziemniaki(100g), kielbasa w szarym sosie (60g) surówka z czerwonej kapusty(80g), napój z soku tłoczonego(200g)

PODWIECZOREK: jogurt naturalny (120g), banan(20g)

WTOREK 16.11.2021r.

ŚNIADANIE: zupa mleczna z płatkami owsianymi i orkiszowymi (200g), chleb(35g) z masłem(5g) i pastą z mięsa(5g), pomidor, ogórek (20g), napar z herbaty z cytryną(200g)

OBIAD: zupa marchwianka(235g), szpecele z skwarką mięsa i cebulą (100g) , surówka z kiszanej kapusty(70g), napój z soku tłoczonego(200g)

PODWIECZOREK: pudding „SATINO (120g), mandarynka(20g)

ŚRODA 17.11.2021r.

ŚNIADANIE: chleb(35g) z masłem(5g) i pastą z awokado (10g), jajko gotowane(10g), kakao na mleku(150g), napar z herbaty owocowej(150g), sałata, rzodkiewka (10g)

OBIAD: zupa kalafiorowa(235g), gulasz z łopatki (100g), kasza pęczak (100g), gotowany brokuł(80g), napój z soku tłoczonego(200g)

PODWIECZOREK: kanapka pszenna z masłem i ogórkiem (100g), napar z herbaty(200g),

CZWARTEK 18.11.2021r.

ŚNIADANIE: chleb pełen ziaren(35g) z masłem(5g) i kielbasą krakowską (20g), kawa mleczna(150g), napar z herbaty ziołowej(150g), rzodkiewka, sałata(10g)

OBIAD: zupa krem szpinakowa z grzankami (235g), „ Gzik po poznańsku” (60g), ziemniaki(100g), napój z soku tłoczonego(150g)

PODWIECZOREK: kisiel truskawkowy (50g), biszkopty (20g)

PIĄTEK 19.11.2021r.

ŚNIADANIE: chleb(35g) z masłem (5g) i jajkiem gotowanym, papryka, jabłka (10g), zupa mleczna z płatkami jaglanymi(150g), napar z herbaty owocowej(150g)

OBIAD: zupa kapuśniak (235g), ryba w panierce (60g), ziemniaki(100g), gotowana żółta fasolka (80g), napój z soku tłoczonego(150g)

PODWIECZOREK: placek czekoladowy(80g), winogrono (20g), napar z herbaty z sokiem(200g)