

# JADŁOSPIS pp 31.03-04.04



	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
<b>Śniadanie I i II</b>	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g masło 10g, szynka drobiowa 20g, żółty ser 20g, sałata lodowa 10g (1,7) Jabłko 100g Herbata poziomkowa 200ml	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g masło 10g, kiełbasa krakowska 30g, ogórek kiszony 10g, dżem brzoskwinowy niskostodzony 30g (1,7) Banan 100g Kakao z mlekiem 200ml	Pieczywo 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	Pieczywo 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 bulionie ze świeżych warzyw 250ml z grzankami i śmietanką 30% (1,9)  Makaron penne 150g z sosem serowym z porem 100g (1,7) Kompot truskawkowy bez cukru 200ml	Rosół z kury z makaronem durum 250ml (1,9)  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)  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)  Gulasz drobiowy z warzywami i cebulką 100ml, kasza gryczana 150g, buraczki tarte 50g Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml	Zupa owocowa z makaronem 250ml (1)  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 jabłkowym 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 Białko: 37g Tłuszcz: 36g Węglowodany:185g	Kalorie:1198 Białko: 47g Tłuszcz:39g Węglowodany:168g	Kalorie: 1074 Białko:29g Tłuszcz: 45g Węglowodany:139g	Kalorie: 1005 Białko: 37g Tłuszcz: 29g Węglowodany:145g	Kalorie: 1048 Białko:35g Tłuszcz: 38g Węglowodany: 140g

w jadłospisie zastrzega się prawo do zmian