Jadłospis

|  |
| --- |
| **Poniedziałek 04.03.2024** |
| ***Śniadanie***Owsianka na mleku(200ml), polędwica drobiowa, ser żółty (25g),pieczywo mieszane(35g) , masło(5g), warzywa\*\*,herbata(200ml)\*(1,7,11) | ***Obiad***Szczawiowa zabielana z jajkiem(250g),\*(3,7)Makaron z truskawkami (200g), kompot niskosłodzony (200ml)\*(1,3,7) | ***Podwieczorek***Owoc\*(-) |
| **Wtorek 05.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Jajecznica(100g), szynka wieprzowa ,ser żółty(25g), pieczywo mieszane(35g),masło(5g), warzywa\*\*, Herbata(200ml)\*(1,7,11) | Koperkowa(200g),\*(7,9)Kotlet a’la kebab z drobiu (100g), sos jogurtowo- czosnkowy, sałata lodowa(150g) ziemniaki(120g), kompot niskosłodzony(200ml)\*(1,3,7) | Jogurt owocowy\*(7) |
| **Środa 06.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Płatki kukurydziane z mlekiem(200ml), polędwica drobiowa, ser żółty (25g),pieczywo mieszane(35g) , masło(5g), warzywa\*\*,herbata(200ml)\*(1,7,11) | Fasolowa(250g)\*(9,) Kluski na parze z owocami i polewą jogurtowo- waniliowa(160g), kompot niskosłodzony(200ml), \*(1,3,7) | Kisiel\*(1) |
| **Czwartek 07.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Leniwe(100g),ser żółty, szynka wieprzowa(25g), pieczywo mieszane(35g) ,masło(5g), warzywa\*\*, herbata(200ml),\*(1,3,6,7,11) | Pejzanka(250g),\*(9)Gulasz wieprzowy w sosie własnym(120g), kasza jęczmienna (90g),ogórek kiszony(150g), kompot niskosłodzony(200ml)\*(1,3,7) | Chrupki kukurydziane owocowe (1,7)  |
| **Piątek 08.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Twarożek na słodko(100g) szynka wieprzowa, ser żółty(25g), pieczywo mieszane(35g), masło(5g)warzywa \*\*Biała kawa/herbata(200ml)\*(1,3,6,7,11) | Barszcz ukraiński (250g),\*(7,9) Filet rybny panierowany(100g), ziemniaki(120g), surówka z kapusty kiszonej(150g), kompot niskosłodzony(200ml)\*(1,3,4)  | Batonik wielozbożowy\*(1,3,5,6,7,8,11) |

Jadłospis

|  |
| --- |
| **Poniedziałek 11.03.2024** |
| ***Śniadanie***Kasza manna na mleku(200ml), krakowska sucha ,ser żółty(25g), pieczywo mieszane(35g) , masło(5g), sałata(4g),warzywa\*\*Herbata(200ml)\*(1,6,7,11) | ***Obiad***Grochowa z kiełbasą(250g),\*(1,7,9,10)Zapiekanka makaronowa z warzywami i żółtym serem(200g),kompot niskosłodzony(200ml),\*(1,3,7) | ***Podwieczorek***Budyń\*(1,7) |
| **Wtorek 12.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Pasta rybna(50g)ser żółty, polędwica drobiowa(25g), pieczywo mieszane(35g) , masło(5g), warzywa\*\*Herbata/kakao(200ml)\*(1,3,4,6,7,11) | Pomidorowa z ryżem(250g),\*(1,9)Filet z piersi panierowany(100g), ziemniaki(120g), fasolka szparagowa(150g), kompot niskosłodzony(200ml),\*(1,3,7) | Jogurt owocowy\*(7) |
| **Środa 13.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Jajko na twardo w sosie jogurtowym(100g), ser żółty, szynka wieprzowa(25g), pieczywo mieszane(35g) ,masło(5g), warzywa\*\*, herbata(200ml),\*(1,3,6,7,11) | Ogórkowa(250g)\*(7,9) Pierogi z serem i polewą truskawkową (180g), kompot niskosłodzony(200ml)\*(1,3,7,9) | Owoc\*(-) |
| **Czwartek 14.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Zupa mleczna z makaronem(200ml), ser żółty, polędwica drobiowa(25g), pieczywo mieszane(35g) , masło(5g), warzywa\*\*Herbata(200ml)\*(1,3,6,7,11) | Brokułowa(250g)\*(7,9) Klopsik wieprzowy w sosie koperkowym(110g), kasza gryczana(90g), surówka z czerwonej kapusty(150g), kompot niskosłodzony(200ml),\*(1,3,7,) | Ciasto(1,3,7)  |
| **Piątek 15.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Racuchy (100g), ser żółty, szynka wieprzowa(25g), pieczywo mieszane(35g) ,masło(5g), warzywa\*\*, herbata/biała kawa(200ml)\*(1,3,6,7,11) | Zacierkowa(250g),\*(1,3,9) Ryba z pieca(100g), ziemniak(120g), sos jogurtowo-czosnkowy, surówka z kapusty kiszonej(150g), kompot niskosłodzony(200ml),\*(1,3,4,10)  | Koktajl owocowy\*(7) |

Jadłospis

|  |
| --- |
| **Poniedziałek 18.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Owsianka na mleku(200ml), ser żółty, szynka wieprzowa(25g), pieczywo mieszane(35g) ,masło(5g), warzywa\*\*herbata(200ml)\*(1,6,7,11) | Żurek z jajkiem i kiełbaską(250 g),\*(1,3,6,7,9,10) Ryż paraboliczny z musem jabłkowo-gruszkowym i cynamonem (200g), kompot niskosłodzony (200ml)\*(1,3,7) | Jogurt owocowy (7) |
| **Wtorek 19.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Twarożek ze szczypiorkiem(50g), polędwica drobiowa, ser żółty(25g), pieczywo mieszane(35g), masło(5g)warzywa \*\*Biała kawa/herbata(200ml)\*(1,6,7,11) | Kapuśniak(250g)\*(9)Kotlet mielony wieprzowy(100g), ziemniaki(120g), warzywa zwody(150g), kompot niskosłodzony(200ml),\*(1,3,7) | Galaretka \*(1,6) |
| **Środa 20.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Omlet na słodko z dżemem(100g), szynka wieprzowa, ser żółty(25g), pieczywo mieszane(35g), masło(5g)warzywa \*\* Biała kawa/herbata(200ml)\*(1,3,6,7,11) | Jarzynowa(250g)\*(7,9)Potrawka z indyka z duszonymi warzywami w sosie curry(120g), makaron(90g), kompot niskosłodzony(200ml), \*(1,3,7,9)  | Batonik wielozbożowy\*(1,3,5,6,7,8,11) |
| **Czwartek 21.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Zupa mleczna z ryżem(200ml), ser żółty, szynka wieprzowa(25g), pieczywo mieszane(35g) ,masło(5g), warzywa\*\*, herbata/biała kawa(200ml)\*(1,3,6,7,11) | Krupnik(250g)\*(1,9) Naleśniki z serem białym i polewą jabłkową(200g), kompot niskosłodzony(200ml),\*(1,3,7) | Owoc\*(-) |
| **Piątek 22.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Jajecznica(100g), szynka wieprzowa ,ser żółty(25g), pieczywo mieszane(35g),masło(5g), warzywa\*\*, Herbata(200ml)\*(1,7,11) | Barszcz czerwony(250g),\*(7,9) Ryba po grecku (160g), ziemniaki(120g), kompot niskosłodzony(200ml)\*(1,3,4) | Owoc\*(-) |

Jadłospis

|  |
| --- |
| **Poniedziałek 25.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Owsianka na mleku(200ml), ser żółty, szynka wieprzowa(25g), pieczywo mieszane(35g) ,masło(5g), warzywa\*\*herbata(200ml)\*(1,6,7,11) | Pomidorowa z makaronem(250g)\*(1,3,7,9)Kotlet jajeczny(100g), ryz długo ziarnisty (90g),surówka z kapusty pekińskiej(150g), kompot niskosłodzony(200ml)\*(1,3,7,10) | Jogurt owocowy (7) |
| **Wtorek 26.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Pasta rybna(50g)ser żółty, polędwica drobiowa(25g), pieczywo mieszane(35g) , masło(5g), warzywa\*\*Herbata/kakao(200ml)\*(1,3,4,6,7,11) | Kalafiorowa(250g)\*(7,9)Udzik kurczęcy pieczony(100g), ziemniaki(120g), sałata z jogurtem nat.(150g), kompot niskosłodzony(200ml), \*(1,7,9,10) | Kisiel\*(1) |
| **Środa27.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
| Kasza manna na mleku(200ml), krakowska sucha ,ser żółty(25g), pieczywo mieszane(35g) , masło(5g), sałata(4g),warzywa\*\*Herbata(200ml)\*(1,6,7,11) | Rosół z makaronem250g),\*(1,3,7,9)Kotlet schabowy panierowany(100g), ziemniaki(120g), buraczki(150g), kompot niskosłodzony(200ml),\*(1,3,7) | Chrupki kukurydziane owocowe (1,7)  |
| **Czwartek 28.03.2024** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
|   | **WOLNE** |  |
| **Piątek 28.04.2023** |
| ***Śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** |
|  | ***WOLNE*** |  |