

Jadłospis 31.08.2020 r. - 4.09.2020 r.

<p>Pon.</p>	<p>I i II śniadanie: Pieczywo wieloziarniste ¹ z masłem ² 60g z twarogiem śmietankowym ² i szczypiorkiem 25g 3x ½ (szynka drobiowa) Owoce 80g</p> <p>Herbatka owocowa na cały dzień</p> <p>BM: Pieczywo wieloziarniste ¹ z szynką drobiową 50g 3x ½ Owoce 80g</p>	<p>Zupa: Ogórkowa z ryżem , z warzywami na bulionie drobiowym ³ , świeża natka pietruszki 250 ml (bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie: Spaghetti z mięsikiem mielonym wieprzowym i makaronem ¹ 200g</p>	<p>Podwieczorek: Smoothie mleczno-bananowo - jagodowe ² 150g BM: Smoothie bananowo-jagodowe 150g</p>
<p>Wt.</p>	<p>I i II śniadanie Owsianka na mleku ^{1 2} 100 ml Pieczywo graham ¹ 60g z masłem ² z pastą jajeczną ze szczypiorkiem ⁴ 25g pomidor, ogórek, sałata 2x ½</p> <p>Herbatka zielona na cały dzień</p> <p>BM: Owsianka ¹ na mleku migdałowym 100 ml Pieczywo graham ¹ 60g z pastą jajeczną ze szczypiorkiem ⁴ 25g pomidor, ogórek, sałata 2x ½</p>	<p>Zupa: Żurek z ziemniaczkami, warzywami ³ i kiełbaską ² 250ml (ze śmietaną) BM: Brokułowa z ziemniaczkami i warzywami ³ 250ml</p>	<p>II danie: Kotlecik mielony drobiowo-warzywny ¹⁴ 70g, ziemniaczki 100g, surówka z marchewki i jabłka 60g</p>	<p>Podwieczorek: Twaróg na słodko straciatella ² 140g BM: Budyń na mleku ryżowym 140g</p>
<p>Śr.</p>	<p>I i II śniadanie: Pieczywo pszenno - żytnie ¹ z masłem ² 3x ½ z serkiem żółtym/ szynką drobiową 20g ² , sałata, ogórki 10g Owoce 80g</p> <p>Herbatka z owocami suszonymi na cały dzień</p> <p>BM: Pieczywo pszenno - żytnie ¹ 2x ½ z szynką drobiową, rukola, sałata, ogórki 10g Owoce 80g</p>	<p>Zupa: Rosółek na indyku i kaczce zagrodowej ³ z makaronem ¹ , marchewką i porem, świeża pietruszka 250ml</p>	<p>II danie: Makaron świderki ¹ z warzywami (brokuł, marchew, kalafior) 200g</p>	<p>Podwieczorek: Bułeczka maślana ^{1 2} 1szt., kakao na mleku ² 100ml BM: Rogal z makiem ¹ 1x ½ , kakao na mleku migdałowym 100ml</p>
<p>Czw.</p>	<p>I i II śniadanie: Jajko gotowane ⁴ 50g, pieczywo wieloziarniste ¹ z masłem ² 50g 3x ½ pomidory, sałata 20g (szynka wieprzowa) Owoce 80</p> <p>Herbatka z pokrzywy na cały dzień</p> <p>BM: Jajko gotowane ⁴ 50g, pieczywo wieloziarniste ¹ 2x ½ , pomidory, sałata 20g Pieczywo żytnie ¹ z szynką wieprzową 1x ½</p>	<p>Zupa: Kalafiorowa z ziemniaczkami, warzywami ³ , świeży koperek 250ml (bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie: Gulasz z mięsikiem wieprzowym i soczewicą ¹ 80g, kasza jęczmienna ¹ 100g, buraczki czerwone 60g</p>	<p>Podwieczorek: Kisiel owocowy 150ml</p>
<p>Pt.</p>	<p>I i II śniadanie: Pieczywo pszenno- żytnie ¹ z masłem ² 40g z serkiem żółtym ² 25g, 3x ½ (szynka drobiowa) Warzywa paski (marchew, ogórek, papryka) 50g</p> <p>Herbatka z cytryną na cały dzień</p> <p>BM: Pieczywo razowe ¹ 40g z pasztecikiem pomidorowym 25g 3x ½ Warzywa paski (marchew, ogórek, papryka) 50g</p>	<p>Zupa: Rybna ⁵ z ziemniaczkami i warzywami ³ na bulionie warzywnym 250ml (bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie: Ryż z jabłkami i cynamonem 180g , polewa mleczno-owocowa 30g²</p>	<p>Podwieczorek: Świeże owoce 120g</p>

ALERGENY: 1 - gluten, 2 - mleko, 3 - seler, 4 - jaja, 5 - ryba, 6 - soja

Kuchnia malucha

Sheridan

junior



Wrocław, tel. 513 05 42 01