

Jadłospis 19.10.2020 r. - 23.10.2020 r.

<p>Pon.</p>	<p>I i II śniadanie Wege: Pieczywo wieloziarniste ¹ 60g z masłem ² z twarogiem śmietankowym z rzodkiewką i szczypiorkiem ² 25 g 3x ½ Owoce 80g</p> <p>Herbatka z sokiem z malin na cały dzień</p> <p>Wege BM: Pieczywo wieloziarniste ¹ z szynką sojową 60g 2x ½ Owoce 80g</p>	<p>Zupa: Wiosenna z ryżem i świeżym koperkiem na bulionie warzywnym ³ 250ml (bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie: Spaghetti z pomidorkami i makaronem ¹ 200g</p>	<p>Podwieczorek: Jogurt owocowy ² własnej roboty 140g</p> <p>BM Wege: Mus owocowy 140g</p>
<p>Wt.</p>	<p>I i II śniadanie Wege: Płatki kukurydziane na mleku ² 100ml Pieczywo wieloziarniste ¹ z masłem ² 40g z pastą jajeczną ⁴ 25g 2x ½ Warzywa paski 50g Herbatka z cytryną na cały dzień</p> <p>BM Wege: Płatki kukurydziane na mleku owsianym 100 ml Pieczywo wieloziarniste ¹ 40g z pastą jajeczną ⁴ 25g 2x ½, Warzywa paski 50g</p>	<p>Zupa: Grochowa z ziemniaczkami ³, warzywami na bulionie warzywnym 250 ml (bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie Wege: Pierogi ruskie ¹ ² 180 g ze śmietanką ² 20g BM Wege: Kluski śląskie z sosem warzywnym 200g (4szt)</p>	<p>Podwieczorek: Kisiel owocowy 150ml</p>
<p>Śr.</p>	<p>I i II śniadanie Wege: Parówka sojowa 2x ½, ketchup łagodny 10g Pieczywo żytnie ¹ z masłem ² 3x ½ (ser żółty) Owoce 80g Herbatka zielona na cały dzień</p> <p>BM Wege: Parówka sojowa 2x ½, ketchup łagodny 10g Pieczywo żytnie ¹ 3x ½ Owoce 80g</p>	<p>Zupa: Delikatna pieczarkowa na bulionie warzywnym ³ z warzywami i makaronem ¹ 250ml (bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie: Kotlecik warzywny ¹⁴ 70g, kasza jęczmienna ¹ 100g, marchewka z groszkiem na ciepło 60g</p>	<p>Podwieczorek: Chałka ^{1 2} z twarogiem waniliowym ² 2 x ½</p> <p>BM Wege: Bułka weka ¹ z dżemem 2x ½</p>
<p>Czw.</p>	<p>I i II śniadanie Wege: Jajko gotowane ⁴ 50g, pieczywo graham ¹ z masłem ² 40g 3x ½, pomidory 15g Świeże owoce 80g</p> <p>Herbatka owocowa na cały dzień</p> <p>BM Wege: Jajko gotowane ⁴ 50g, pieczywo graham ¹ 40g 3x ½, pomidory 15g Świeże owoce 80g</p>	<p>Zupa: Pomidorowa ³ z ryżem i świeżą pietruszką na bulionie warzywnym 250ml (bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie Wege: Makaron kokardki ¹ z twarogiem na słodko 200g</p> <p>BM Wege: Makaron świderki ¹ z sosem owocowym 200g</p>	<p>Podwieczorek: Pieczywo żytnie ¹ z masłem ² z szynką sojową 2x ½</p> <p>BM Wege: Pieczywo żytnie ¹ z szynką sojową 2x ½</p>
<p>Pt.</p>	<p>I i II śniadanie Wege: Pieczywo pszenno- żytnie ¹ z masłem ² 40g z serkiem żółtym ² 25g, 3x ½ (powidła owocowe) Warzywa paski (marchew, ogórek, papryka) 50g</p> <p>Herbatka z cytryną na cały dzień</p> <p>BM Wege: Pieczywo razowe ¹ 40g z pasztecikiem pomidorowym 25g 3x ½ Warzywa paski (marchew, ogórek, papryka) 50g</p>	<p>Zupa: Krem z dyni, ziemniaczków, marchewki i selera 250ml, groszek ptysiowy ¹⁴</p>	<p>II danie: Kotlet warzywny ¹⁴ 70g, ziemniaczki 100g, surówka z kapusty kiszzonej i marchewki 60g</p>	<p>Podwieczorek: Budyń waniliowy na mleku ² 150ml</p> <p>BM: Budyń waniliowy na mleku owsianym 150m</p>

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