

Jadłospis 2.11.2020 r. - 6.11.2020 r.

<p>Pon.</p>	<p>I i II śniadanie: Pieczywo pełnoziarniste ¹ z masłem ² 50g 3x ½ z twarogiem śmietankowym i ogórkiem ² 30g (szynka wieprzowa) Owoce 80g</p> <p>Herbatka owocowa z miętą na cały dzień BM: Pieczywo wieloziarniste ¹ 3x ½ z szynką wieprzową 20g Owoce 80g</p>	<p>Zupka: Groszkowa z warzywami ³ i makaronem 250ml</p> <p>(bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie: Potrawka ¹ z kurczakiem i warzywami 100g, ryż paraboliczny 120g</p>	<p>Podwieczerek: Własnego wyrobu jogurt biszkoptowy ¹ ² 150g</p> <p>BM: Budyń waniliowy 150g</p>
<p>Wt.</p>	<p>I i II śniadanie: Płatki kukurydziane na mleku ² 100ml Pieczywo żytnie ^{1 4} z masłem ² 2x ½ z szynką drobiową, Warzywa paski 50g Herbatka z cytryną na cały dzień, mięta</p> <p>BM: Płatki kukurydziane na mleku owsianym 100ml Pieczywo razowe ¹ 50g 2x ½ z szynką drobiową, Warzywa paski 50g</p>	<p>Zupka: Kapuśniak z marchewką, pietruszką, selerem ³ i porem z ziemniaczkami 250 ml</p> <p>(bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie: Makaron ¹ świderki 120g, polewa serowo-mleczna z kawałkami owoców 100g ²</p> <p>BM: Makaron ¹ świderki z polewą owocową 200g</p>	<p>Podwieczerek: Owoce sezonowe 120g</p>
<p>Śr.</p>	<p>I i II śniadanie: Parówka drobiowa 2x ½ , ketchup łagodny 10g Pieczywo wieloziarniste ¹ z masłem ² 50g 3x ½ , ser żółty 10g, warzywa 20g Owoce 80g Herbatka z lipy na cały dzień</p> <p>BM: Parówka drobiowa 2x ½ , ketchup łagodny 10g Pieczywo wieloziarniste ¹ 50g 3x ½ , humus 10g, warzywa 20g</p>	<p>Zupka: Koperkowa z warzywami i ryżem ³ 250ml (bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie: Kotlecik drobiowy panierowany ^{1 4} 70g, kasza pęczak ¹ 120g, marchewka na ciepło ¹ 60g</p>	<p>Podwieczerek: Bułka maślana ¹ ² 1szt , kakao na mleku 120ml ²</p> <p>BM: Rogalik z makiem ¹ 1 x ½ kakao na mleku owsianym ¹ 120ml</p>
<p>Czw.</p>	<p>I i II śniadanie: Pieczywo wieloziarniste ¹ z masłem ² 3x ½, jajko gotowane ⁴ 50g, szynka wieprzowa 15g , warzywa 15g Owoce 80g Herbatka ziołowa na cały dzień, świeża mięta</p> <p>BM: Pieczywo wieloziarniste ¹ 3x ½, jajko gotowane ⁴ 50g, szynka wieprzowa, warzywa 15g Owoce 80g</p>	<p>Zupka: Krem z dyni i ziemniaczków na bulionie warzywnym 250ml ^{2 3} (bez mąki i śmietany) Groszek ptysiowy ^{1 4}</p>	<p>II danie: Leczo ¹ z kielbaską papryką, cebulką, cukinią 100g, ziemniaczki 120g</p>	<p>Podwieczerek Kisiel z brzoskwiniami 150ml</p>
<p>Pt.</p>	<p>I i II śniadanie: Pieczywo razowe ¹ 60g z masłem ² 3 x ½ z pastą twarogową z burakiem ² 25g (powidła śliwkowe) Warzywa paski 50g</p> <p>Herbatka z cytryną na cały dzień BM: Pieczywo razowe ¹ 60g 3x ½ z pastą z burakiem Warzywa paski 50g</p>	<p>Zupka: Rybna ⁵, z warzywami ³ i ziemniaczkami, na bulionie warzywnym 250ml</p> <p>(bez mąki i śmietany)</p>	<p>II danie: Placuszki ziemniaczano-warzywne (cukinia, marchew)¹ 200g, sos tzatziki ² 20g</p> <p>BM: Placuszki ziemniaczano-warzywne(cukinia, marchew)¹ 200g</p>	<p>Podwieczerek: Pieczywo pszenno-żytnie¹ z serkiem żółtym ² 2x ½</p> <p>BM: Pieczywo pszenno-żytnie z pasztecikiem pomidorowym 2x ½</p>

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