Jadłospis 31.05.2021 r. – 4.06.2021 r.

Pon.	**I i II śniadanie:** Bułka kajzerka 1szt. [1] masło 7g [2] z twarożkiem śmietankowym, awokado i ogórkiem [2] 30g Owoce 80g Herbatka owocowa z miętą na cały dzień	**Zupka:** Groszkowa z warzywami [3] i ryżem 250ml (bez mąki i śmietany)	**II danie:** Łazanki [1] z kapustą świeżą i pomidorkami 200g, natka pietruszki	**Podwieczorek** Kisiel z brzoskwiniami 150ml
Wt.	**I II śniadanie:** Parówka sojowa 2x ½ , ketchup łagodny 10g Pieczywo wieloziarniste [1] z masłem [2] 50g 2x ½ , serek żółty [2] 10g, warzywa 10g Owoce 80g Herbatka z lipy na cały dzień	**Zupka:** Koperkowa z warzywami i makaronem [3] 250ml (bez mąki i śmietany)	**II danie:** Pierogi ruskie [1] [2] 180g ze śmietanką [2] 10g	**Podwieczorek:** Własnego wypieku ciasto marchewkowe [1] [4] 60g 1szt.
Śr.	**I i II śniadanie:** Płatki ryżowe na mleku [2] 150ml Pieczywo żytnie [1] [4] z masłem [2] 2x ½ i szynka wege 15g, warzywa 15g Owoce 80g Herbatka z cytryną na cały dzień, mięta	**Zupka:** Kapuśniak z marchewką, pietruszką, selerem [3] i porem z ziemniaczkami 250 ml (bez mąki i śmietany)	**II danie:** Kotlecik warzywny [4] 60g, ryż 120g, marchewka z groszkiem na ciepło [1] 60g	**Podwieczorek:** Jogurt biszkoptowy [1] [2] 150g

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

Kuchnia Maluch Sheldan junior wrocław, tel. 513 05 42 07