


Jadłospis tygodniowy od 25.10.2021 do 05.11.2021



Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
25.10.2021 Poniedziałek	Chleb pszenno-żytni 50g, masło 82% 5g, ser żółty 20g, pomidor 20g, kakao 200ml , garść morwy , (1,7)	Zupa kapuśniak z ryżem 250g, ziemniaki 200g, filet z kurczaka w ziołach 60g surówka z kalarepki 100g pazurki pomarańczy , kompot wieloowocowy 200ml (1,3,7,9)	Jogurt naturalny z musem mango i wafelkiem naturalnym ok 150g (1,7)
26.10.2021 Wtorek	Chleb pszenno-żytni 50g, masło 82% , 5g, szynka okopcona 20g, zielony ogórek 20g, kawa inka 200ml (1,7)	Zupa barszcz ukraiński z jajkiem i śmietaną 250g, placki ziemniaczane ze szpinakiem 200g , kleks śmietany , paseczki marchwi , herbata miętowa 200ml (1,3,7,9)	Bułka , masło 82% 5g, dżem , miód , herbata owocowa ok 100ml (1,7)
27.10.2021 środa	Wek 50g, masło 82% 5g,jajecznicza 50g, zielona cebulka 10g, garść orzechów , herbata z miodem i cytryną 200ml (1,7,8)	Zupa szczawiowa z grzankami i śmietaną 250g, ziemniaki z koperkiem 200g, kotlet schabowy 60g, buraczki z cebulką 100g, lemoniada 200ml (1,3,7,9)	Napój owsiany bez dodatku cukru ok. 100ml , wafle ryżowe naturalne (1,7)
28.10.2021 Czwartek	Chleb orkiszowy 50g, masło 82%,5g, szynka z indyka 20g, papryka czerwona 20g, bawarka 200ml (1,7) trójkąciki arbuza	Zupa krupnik z jarzynami 250g, zapiekanka ziemniaczana z kiełbasą i serem 200g, śliwka , herbata malinowa 200ml (1,3,7,9)	Sok różowa pantera: jabłko, gruszka, czerwona kapusta , fit ciasteczka zbożowe z żurawiną (1)
29.10.2021 Piątek	Zupa mleczna z musli 250g, 1/2 bułki drożdżowej , masło 82% 5g , garść żurawiny (1,7)	Zupa ryżowa 250g, ziemniaki z koperkiem 200g, łosoś 40g, bukiet warzyw 100g kompot agrestowy 200ml (1,3,4,7,9)	Budyń waniliowy ok 150g, paluchy zbożowe

01.11.2021 Poniedziałek		-----	-----
02.11.2021 Wtorek	Chleb pszenno-żytni 50g, masło 82% 5g, pasta z białego sera 20g, rzodkiewka 20g, kakao 200ml (1,7)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 250g, spaghetti bolognese z żółtym serem 200g, 1/2 gruszki, kompot wiśniowy 200ml (1,3,7,9)	Kisiel na kompocie z owoców leśnych ok 150g
03.11.2021 środa	Chleb pszenno-żytni 50g, masło 82% 5g, szynka z targowiska 20g, pomidor 20g, kawa zbożowa 200ml (1,7)	Zupa dyniowa ze słonecznikiem 250g, ziemniaki z koperkiem 200g, 1/2 jaka, sos pieczarkowy 100g 1/4 jabłka, herbata ziołowa 200ml (1,3,7,9)	Koktajl truskawkowy na maślanie ok 100 g (1,7) drożdżówka
04.11.2021 Czwartek	Chleb razowy 50g, masło 82% 5g, paprykarz 20g, ogórek kiszony 20g, herbata z miodem i cytryną 200ml (1,3,7)	Zupa grysikowa 250g, ziemniaki 20g, kotlet mielony z indyka 60g, mizeria 100g, woda z limonką 200ml (1,3,7,9)	1/2 rogalą, masło 82% 5g, dżem morelowy, kubek mleka (7)
05.11.2021 Piątek	Zupa owsianka z jabłkiem 250g, 1/2 rogalą, masło 82% 5g, daktyle, (1,7)	Zupa selerowa z ziemniakami 250g, zapiekanka makaronowa z rybą, brokułami i sosem 200g, paseczki białej rzodkwi, kompot z czerwonej porzeczki 200ml (1,3,4,7,9)	Galaretka z tartą czekoladą, plasterki banan,

Data sporządzenia:

Data zaakceptowania:

Data zatwierdzenia:

Poszczególne elementy jadłospisu mogą ulec zmianie

Woda mineralna podawana bez ograniczeń

* wyrób własny

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, papryka słodka, przyprawa do ryb, lubczyk, kminek, cynamon, cukier waniliowy.