

JADŁOSPIS 18 - 22 września

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
18.09 pn	bawarka(250ml)	krupnik z ziemniakami(300ml)	bułka dzielona(50g) z masłem(3g)
	grahamka(50g) z masłem(3g)	makaron z serem (130g)	szynkówka(15g)
	serek puszysty(15g)	mus owocowy Tymbark/Kubuś(1szt)	pomidor, rzodkiewka
	rukola, papryka		
	pokrzywa z cukrem(250ml)		
	winogron(50g)	kompot owocowy(250ml)	mięta z miodem(250ml)
	mleko, gluten	mleko, gluten, seler, jajka	gluten, mleko
19.09 wt	płatki kukurydziane na mleku(300ml)	ogórkowa z ziemniakami(300ml)	wafle z dżemem(50g)
	kanapki (30g) z masłem(3g)	spaghetti z szynki(140g)	mleko do picia(250ml)
	pasta z makreli z rzodkiewką i ogórkiem zielonym(25g)	jabłko(1szt)	
	melisa z miodem(250ml)		
	gruszka(pół)	kompot owocowy(250ml)	woda do picia wg potrzeb
	mleko, gluten, ryby	mleko, gluten, jajka, seler	gluten, mleko
20.09śr	kawa inka na mleku(250ml)	szczawiowa z ziemniakami(300ml)	kefir do picia (200ml)
	kajzerka(50g) z masłem(3g)	klopsy drobiowe w s.pomid(80g)	banan(50g)
	szynkówka(15g)	kasza gryczana(100g)	herbatniki (50g)
	pomidor, sałata	sur z buraczka świeżego(80g)	
	h. czarna z cytr. i miodem(250ml)	kompot owocowy(250ml)	woda do picia wg potrzeb
	marchew(50g)		
	mleko, gluten,	mleko, gluten, jajka, seler	mleko, gluten
21.09 czw	zacierki na mleku(300ml)	rosół z makaronem(300ml)	kasza manna na mleku z owocami(200ml)
	bułka ziarnista(50g) z masłem(3g)	schab w s.pieczarkowym(80g)	
	dżem(20g)	ziemniaki(100g)	
		sur z białej kapusty(80g)	
	rumianek z cukrem(250ml)		woda do picia wg potrzeb
	banan(70g)	kompot owocowy(250ml)	
mleko, gluten, jajka	gluten, jajka,seler	mleko, gluten	
22.09 pt	kakao na mleku(250ml)	czew. barszcz z makaronem(300ml)	kisiel domowy z owocami(200ml)
	bułka dzielona (50g) z masłem(3g)	ryba panierowana(80g)	
	twarożek na słodko(30g)	ziemniaki(100g)	chrupki kukurydziane(30g)
		sur z kapusty kiszonej(80g)	woda do picia wg potrzeb
	mięta z miodem(250ml)	kompot owocowy(250ml)	
	papryka, ogórek		

mleko, gluten	mleko, gluten, jajka, seler, ryby	gluten
---------------	-----------------------------------	--------