

JADŁOSPIS 9 - 13 października

	śniadanie	obiad	podwieczorek
9 pon	bawarka (200ml)	grochowa z ziemniakami(250ml)	kanapki(30g) z masłem(3g)
	bułka dzielona(50g) z masłem(3g)	kopytka na słodko(100g)	twarożek na słodko(40g)
	pasztet gotowy(30g)	jabłko(1 szt)	gruszka(50g)
	szczypior, rukola	kompot truskawkowy(200ml)	melisa z miodem(200ml)
	mięta z miodem(200ml)		woda wg potrzeb
	banan(70g)		
	mleko, gluten, jajka	mleko, gluten, seler	mleko, gluten
10 wt	płatki tyzowe na mleku(250ml)	barszcz ukraiński z ziemniak(250ml)	mleko z miodem(200ml)
	grahamka(50g) z masłem(3g)	gulasz z łopatki(80g)	banan(50g)
	ser żółty(30g)	kasza gryczana (100g)	gofry gotowe(3 szt)
	pomidor, sałata	sur z selera(80g)	woda wg potrzeb
	herbata czarna z miodem(200ml)	kompot wiśniowy(200ml)	
	mandarynka(1szt)		
	mleko, gluten	mleko, gluten, seler	gluten, mleko, jajka
11 śr	kakao na mleku(200ml)	pieczarkowa z makaronem(250ml)	wafle z dżemem(60g)
	kanapki(30g) z masłem(3g)	kurczak z ryżem i warzywami(100g)	mleko do picia(200ml)
	ogonówka(20g)	gruszka(40g)	woda wg potrzeb
	papryka, ogórek	kompot porzeczkowy(200ml)	
	rumianek z cukrem(200ml)		
	banan(70g)		
	mleko, gluten	mleko, seler, gluten, jajka	mleko
12 czw	kawa inka na mleku(250ml)	pomidorowa z makaronem(250ml)	domowy serek waniliowy(120g)
	kajzerka(50g) z masłem(3g)	schab pieczony w s.wrzywnym(80g)	mandarynka(1szt)
	pasta z makreli z rzodkiewką i szczypiorem	ziemniaki(100g)	woda wg potrzeb
		mizeria(80g)	
	melisa z miodem(200ml)	kompot truskawkowy(200ml)	
	jabłko(1szt)		
	mleko, gluten, ryby	mleko, gluten, seler, jajka	mleko
13 pt	płatki jęczmienne na mleku(250ml)	czerw barszcz z makaronem(250ml)	kefir do picia(150ml)
	b.ziarnista (50g) z masłem(3g)	ryba panierowana(80g)	banan(50g)
	jajko gotowane(30g)	ziemniaki(100g)	woda wg potrzeb
	sałata, rukola	sur z kapusty kiszonej	
	mięta z miodem(200ml)	kompot wiśniowy(200ml)	
	marchew(50g)		
	mleko, gluten, jajka	mleko, gluten, seler, ryby, jajka	mleko