

JADŁOSPIS 13 - 17 listopada

	śniadanie	obiad	podwieczorek
13 pn	kakao na mleku(200ml)	kapuśniak z ziemniakami(250ml)	grahamka(50g) z masłem(3g)
	kanapki(30g) z masłem(3g)	makaron z serem(120g)	dżem owocowy(20g)
	ogonówka(30g)	jabłko(70g)	mleko z miodem(200ml)
	pomidor, papryka	kompot truskawkowy(200ml)	
	rumianek z cukrem(200ml)		woda wg potrzeb
	banan(70g)		
	mleko, gluten	mleko, gluten, seler, jaja	mleko, gluten
14 wt	płatki ryżowe na mleku(250ml)	zacierkowa z ziemniakami(250ml)	koktajl mleczno-owocowy na kefirze(200ml)
	kajzerka(50g) z masłem(3g)	klopsy drobiowe w s.koperk(80g)	
	serek puszysty(20g)	kasza pęczak(100g)	
	rzodkiewka, ogórek	fasolka na ciepło(80g)	biszkopty(50g)
	melisa z miodem(200ml)	kompot wiśniowy(200ml)	
	mandarynka(100g)		woda wg potrzeb
	mleko, gluten	mleko, gluten, seler, jaja	mleko, gluten, jajka
15 śr	kawa inka na mleku(200ml)	ogórkowa z ryżem(250ml)	kasza manna na mleku z owocami(200ml)
	bułka ziarnista(50g) z masłem(3g)	spaghetti z szynki(130g)	
	pasta z tuńczyka z papryką i ogórkiem	banan(70g)	
	mięta z miodem(200ml)	kompot porzeczkowy(200ml)	
	marchewka, jabłko		woda wg potrzeb
	mleko, gluten, ryby	mleko, gluten, seler, jaja	mleko, gluten
16 czw	zacierki na mleku(250ml)	rosół z makaronem(250ml)	jogurt naturalny do picia(150ml)
	bułka dzielona(50g) z masłem(3g)	udko duszone(ok.110g)	jabłko(70g)
	pasztet gotowy(30g)	ziemniaki(100g)	
	rzodkiewka, papryka	sur z kapusty pekińskiej(80g)	woda wg potrzeb
	herb.owocowa z miodem(200ml)	kompot truskawkowy(200ml)	
	mandarynka(100g)		
	mleko, jajka, gluten	gluten, seler, jajka	mleko
17 pt	bawarka(200ml)	czerw. barszcz z makaronem(250ml)	kisiel domowy z owocami(200ml)
	grahamka(50g) z masłem(3g)	ryba po grecku(90g)	
	jajecznica ze szczypiorem(60g)	ziemniaki(100g)	
	pokrzywa z cukrem(200ml)		mleko do picia(150ml)
	pomidor, ogórek	kompot porzeczkowy(200ml)	woda wg potrzeb

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