

JADŁOSPIS 11 - 15 grudnia

	śniadanie	obiad	podwieczorek
11 pn	bawarka(200ml)	fasolowa z ziemniakami(250ml)	bułka dzielona(50g) z masłem(3g)
	grahamka(50g) z masłem(3g)	ryż ze śmietaną i cynamonem(130g)	ser żółty(35g)
	pasztet gotowy(35g)	jabłko(70g)	sałata, pomidor
	rukola, papryka	kompot truskawkowy(200ml)	mięta z miodem(200ml)
	pokrzywa z cukrem(200ml)		
	banan(70g)		
	mleko, gluten, jajka	mleko, gluten, seler	mleko, gluten
12 wt	płatki kukurydziane na mleku(150ml)	zacierkowa z ziemniakami(200ml)	mleko do picia(200ml)
	kanapki(30g) z masłem(3g)	pulpety z szynki w s.pomid.(90g)	gofry(50g)
	jajecznicza ze szczypiorem(40g)	kasza gryczana(100g)	mandarynka(ok.100g)
	melisa z miodem(200ml)	sur z selera(80g)	
	ogórek, pomidor, rzodkiewka	kompot wiśniowy(200ml)	woda wg potrzeb
	mleko, gluten, jajka	gluten, seler, jajka	mleko, gluten, jajka
13 śr	kawa inka ma mleku(200ml)	kalafiorowa z makaronem(200ml)	kasza manna na mleku z owocami(150ml)
	kajzerka(50g) z masłem(3g)	filet w s.koperkowym(90g)	
	pasta z makreli z rzodkiewką, papryką i szczypiorem(60g)	ziemniaki(100g)	
	h. czarna z miodem i cytryną(200ml)	sur z buraczka(80g)	woda wg potrzeb
	marchewka(70g)	kompot porzeczkowy(200ml)	
	mleko, gluten, ryby	mleko, gluten, seler,	mleko, gluten
14 czw	zacierki na mleku(150ml)	rosół z makaronem(250 ml)	mleko z miodem(150ml)
	b.ziarnista(50g) z masłem(3g)	schab w sosie warzywnym(90ml)	jabłko, banan(po 50g)
	dżem owocowy(30g)	ziemniaki(100g)	
	rumianek z cukrem(200ml)	sur z marchewki(80g)	woda wg potrzeb
	papryka, ogórek, pomidor	kompot truskawkowy(200ml)	
	mleko, gluten, jajka	mleko, gluten, seler, jajka	mleko
15 pt	kakao na mleku(200ml)	pieczarkowa z makaronem(250ml)	kisiel domowy z owocami(150ml)
	b.dzielona(50g) z masłem(3g)	ryba panierowana(80g)	herbatniki(50g)
	twarożek z rzodkiewką i ogórkiem zielonym(40g)	ziemniaki(100g)	mleko do picia(200ml)
		sur z kapusty kiszzonej(80g)	woda wg potrzeb
	mięta z miodem(200ml)	kompot wiśniowy(200ml)	
	mandarynka(100g)		
	mleko, gluten	mleko, gluten, seler, ryby, jajka	mleko, gluten, jajka