

JADŁOSPIS 2 - 5 stycznia

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
wt 2 stycznia	kawa inka na mleku(250ml)	krupnik z ziemniakami(250ml)	
	kanapki(35g) z masłem(3g)	ryż ze śmietaną i cynamonem(130ml)	grahamka (50g) z masłem(3g)
	szynkówka (25g)	banan	ser żółty(35g)
	ogórek, pomidor	kompot truskawkowy(250ml)	rzodkiewka, papryka
	melisa z miodem(250ml)		rumianek z cukrem(250ml)
	jabłko(1szt)		
	mleko, gluten	mleko, seler, gluten	mleko, gluten
śr 3 stycznia	płatki ryżowe na mleku(250ml)	ogórkowa z ziemniakami(250ml)	kefir z owocami(200ml)
	bułka ziarnista(50g) z masłem(3g)	filet w s.koperkowym(80g)	biszkopty(4 szt)
	serek puszysty (15g)	kasza jęczmienna(100g)	woda do picia wg potrzeb
	sałata, papryka	sur z buraczka(80g)	
	rumianek z cukrem(250ml)	kompot wiśniowy(250ml)	
	marchew (70g)		
	mleko, gluten	mleko, gluten, seler	mleko, gluten, jajka
cz 4 stycznia	kakao na mleku(250ml)	rosół z makaronem(250ml)	kasza manna na mleku z owocami(200ml)
	kajzerka(50g) z masłem(3g)	pulpety z szynki w s.pomid(90g)	
	jajecznica(40g)	ziemniaki(100g)	
	szczypior	sur z ogórka kiszzonego(80g)	
	herbata czarna z miodem(250ml)	kompot owocowy(250ml)	woda do picia wg potrzeb
	winogron(80g)		
	mleko, gluten,jajka	mleko, gluten, seler, jajka	mleko, gluten,
pt 5 stycznia	bawarka	pieczarkowa z makaronem(250ml)	wafle z dżemem(60g)
	bułka dzielona(50g) z masłem(3g)	paluszki rybne(2szt)	mleko do picia(150ml)
	ser biały(25g)	ziemniaki(100g)	
	szczypior, rukola	sur z kapusty kiszzonej(80g)	woda do picia wg potrzeb
	mięta z miodem(250ml)	kompot owocowy(250ml)	
	banan(70g)		
	mleko, gluten	mleko, gluten, ryby, seler	mleko, gluten