



Jadłospis

Standard3 04.03-08.03 2024



	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie	<ul style="list-style-type: none">• Pieczywo jasne i ciemne z masłem (2 szt.) [1, 7] • Ser żółty (1 szt.) [7] • Schab w majeranku, pieczony (1 szt.)• Wybór warzyw (25 gram)• Herbata z cytryną (199 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Płatki owsiane na mleku (199 gram) [1, 7] • Pieczywo jasne i ciemne z masłem (2 szt.) [1, 7] • Polędwica z indyka (1 szt.) • Wybór warzyw (25 gram) • Herbata owocowa (199 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Pieczywo jasne i ciemne z masłem (2 szt.) [1, 7] • Ser wędzony (1 szt.) [7] • Pasta jajeczna z szynką (25 gram) [3] • Wybór warzyw (25 gram) • Kakao naturalne na mleku (200 gram) [7]	<ul style="list-style-type: none">• Musli i chrunchy z mlekiem (226 gram) [1, 7, 8] • Pieczywo jasne i ciemne z masłem (2 szt.) [1, 7] • Wędlina pieczona według domowej receptury (1 szt.)• Wybór warzyw (25 gram)• Herbata z cytryną (199 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Pieczywo jasne i ciemne z masłem (2 szt.) [1, 7] • Pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem (20 gram) [4, 7] • Konfitura truskawkowa według domowej receptury (20 gram) • Wybór warzyw (25 gram) • Herbata malinowa (199 gram)
Zupa	<ul style="list-style-type: none">• Zupa soczewicowa z pomidorami (200 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Barszcz biały z ziemniakami (200 gram) [1, 7, 9]	<ul style="list-style-type: none">• Zupa pomidorowa z ryżem (250 gram) [7]	<ul style="list-style-type: none">• Rosół z makaronem (250 gram) [1, 9]	<ul style="list-style-type: none">• Zupa jarzynowa z brokułem, kalafiolem i brukselką (200 gram) [7, 9]
Danie główne	<ul style="list-style-type: none">• Pieczone udko z kurczaka (1 szt.) • Ryż (150 gram) • Fasolka szparagowa gotowana na parze (100 gram) • Kompot owocowy (199 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Kotlet mielony (1 szt.) [1, 3] • Ziemniaki gotowane (150 gram) • Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, papryką i sosem winegret (100 gram) [10] • Kompot owocowy (199 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Makaron z pesto i kurczakiem (200 gram) [1, 8] • Mini marchewka gotowana na parze (100 gram) • Kompot owocowy (219 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Filet z indyka w chrupiącej panierce (1 szt.) [1, 3] • Kasza bulgur (150 gram) [1] • Surówka z marchewki z porem i jogurtem naturalnym (100 gram) [7] • Kompot owocowy (199 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Klopsiki rybne w sosie porowym (1 szt.) [1, 3, 4, 7] • Ziemniaki gotowane (150 gram) • Surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem, natką pietruszki i oliwą (100 gram) • Kompot owocowy (199 gram)
Podwieczorek	<ul style="list-style-type: none">• Koktajl truskawkowo bananowy z jogurtem naturalnym (200 gram) [7] • Ciasteczka owsiano kokosowe własnego wypieku (1 szt.) [1, 8]	<ul style="list-style-type: none">• Ciasto czekoladowe z burakiem (bezmleczne) (1 szt.) [1, 3] • Herbata zimowa z pomarańczą, cynamonem i imbiem (199 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Puszyste naleśniki (pancakes) (2 szt.) [1, 3, 7] • Polewa truskawkowa (40 gram) [7] • Owoce sezonowe (100 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Grahamka (1 szt.) [1] • Serek wiejski (25 gram) [7] • Słupki z papryki, marchewki i ogórka (45 gram)	<ul style="list-style-type: none">• Kisiel z czarnej porzeczki według domowej receptury (199 gram) • Banan (100 gram)

