

Jadłospis pp 22.04-25.04

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie I i II		Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, polędwica drobiowa 20g, serek śmietankowy ze szczypiorkiem 20g, sałata lodowa 10g, Jabłko 100g Herbata z dzikiej róży 200ml (1,7)	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, pasta drobiowa z gotowanego kurczaka z marchewką 20g, dżem brzoskwiniowy niskosłodzony 20g, pomidor 20g, Kaszka manna z pszenicy na mleku z sosem wieloowocowym w/w 150g Herbata cytrynowa na bazie czarnej herbaty 200ml (1,7)	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, Kiełbasa krakowska sucha 20 g, mix sałat 10g, żółty ser 20g Herbata czarna 200ml Owsianka na mleku z bakaliami (rodzynki, śliwki) 150g (1,7,12)	Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, makrela wędzona 10g, pasztet drobiowy z kurczaka i indyka z żurawiną 20g, sałata 10g, rzodkiewka 10g Herbata owoce leśne 200ml (Budyń waniliowy na mleku 150g (1,4,7,12)
Obiad		Zupa z soczewicy z ziemniaczkami na bulionie ze świeżych warzyw ze śmietanką 33% 250ml (9) Makaron świderki z mąki durum z sosem pomidorowym z tartą pietruszką 250g (1) Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml	Zupa koperkowa na śmietance 33% na bulionie świeżych warzyw 250ml (9) Panierowany filet z kurczaka 70g, ziemniak 150g, surówka z ogórka zielonego 60g Kompot wiśniowy bez cukru 200	Krem pomidorowy na bulionie ze świeżych warzyw z grzankami 250ml (1,9) Pierogi z serem i sosem owocowym 200g, tarta marchewka 50g (1,7) Kompot jabłkowy bez cukru 200ml	Rosół z kurczaka z makaronem pszennym marchewką i natką pietruszki 250ml (1,9) Bitki wieprzowe 80g, kasza gryczana 150g, kapusta duszona ze śliwką 60g (12) Kompot truskawkowy bez cukru 200ml
Podwieczorek		Bułka pszenna 50g z dżemem z czarnej porzeczki niskosłodzonym 20g (1)	Babka makowa z naszej pracowni 60g (1,3)	Ciasto drożdżowe z truskawkami 60g (7)	Jogurt naturalny z czekoladową granolą i musem mango 150 g (1,7)
		Kalorie: 1083 Białko: 34g Tłuszcz: 29g Węglowodany: 166g	Kalorie: 1172 Białko: 40g Tłuszcz: 39g Węglowodany: 158g	Kalorie: 1344 Białko: 43g Tłuszcz: 47g Węglowodany: 180g	Kalorie: 1224 Białko: 49g Tłuszcz: 45g Węglowodany: 154g