

JADŁOSPIS BM

PONIEDZIAŁEK 27.07

ŚNIADANIE – płatki żytnie na mleku roślinnym z rodzynkami 200ml, chleb graham 60g, pasta jajeczna 20g, rukola, masło roślinne 10g, herbata z cytryną 150ml

II ŚNIADANIE – JABŁKO

OBIAD – zupa szczawiowa z ziemniakami, pierogi z owocami – 3szt, kompot z owoców mieszanych 150ml

PODWIECZOREK – 1/2 kajzerki z szynką, pomidorki koktajlowe, woda z cytryną

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

WTOREK 28.07

ŚNIADANIE – chleb wiejski 60g, masło roślinne 10g, szynka 30g, pomidor 10g, kawa inka na mleku roślinnym 150ml

II ŚNIADANIE – BANAN

OBIAD – zupa barszcz czerwony z ziemniakami 250ml, leczo z kurczakiem 150g, kasza wiejska 150g, kompot z owoców mieszanych 150ml

PODWIECZOREK – budyń śmietankowy na mleku roślinnym, woda z cytryną

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

ŚRODA 29.07

ŚNIADANIE – zupa mleczna z płatkami jagłanymi na mleku roślinnym 200 ml, chleb graham 60g, masło roślinne 10g, kiełbasa krakowska 20g, papryka kolorowa 10g, herbata z cytryną 150ml

II ŚNIADANIE – NEKTARYNKA

OBIAD – zupa krem z pieczonych ziemniaków ze szczypiorkiem 250ml, filet grillowany 75g, ryż 130g, fasolka szparagowa 75g, kompot z owoców mieszanych 150ml

PODWIECZOREK – ciasto bezmleczne – wyrób własny

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

CZWARTEK 30.07

ŚNIADANIE – chleb wiejski 60g, masło roślinne 10g, ser kozi 30g, ogórek zielony 10g, kakao na mleku roślinnym 150ml

II ŚNIADANIE – BRZOSKWINIA

OBIAD – zupa jarzynowa 250ml, pulpety wieprzowe 75g, kasza bulgur 120g, buraczki 75g, kompot z owoców mieszanych 150ml

PODWIECZOREK – płatki owsiane z owocami, mlekiem roślinnym i miodem

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

PIĄTEK 31.07

ŚNIADANIE – ryż na mleku roślinnym, chleb graham 60g, masło roślinne 10g, pasta rybna z makreli ze szczypiorkiem 30g, herbata z cytryną 150ml

II ŚNIADANIE – GRUSZKA

OBIAD – zupa z ciecierzycy 250ml, makaron z jagodami 200g, kompot z owoców mieszanych 150ml

PODWIECZOREK – pieczywo chrupkie, szynka, rzodkiewka

ALERGENY: 1, 3, 4, 7, 9

Z przyczyn od nas niezależnych zastrzega się zmiany w jadłospisie za które bardzo przepraszam