

JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 21.09

ŚNIADANIE – mleko 100ml z płatkami jagłanymi 15g i cynamonem, pieczywo mieszane 40g, masło 5g, szynka wieprzowa 20g, sałata 10g, herbata z cytryną 150ml

II ŚNIADANIE – banan

OBIAD – zupa ogórkowa zabieleną śmietaną z ryżem, włoszczyzną i zieleniną 200ml, spaghetti bolognese z drobnym makaronem i parmezanem 150g, brokuł gotowany 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – weka z twarogiem brzoskwiowym, herbata miętowa 150ml

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

WTOREK 22.09

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło 5g, mozzarella 20g, pomidor 20g, kakao 150ml

II ŚNIADANIE – jabłko

OBIAD – zupa szpinakowa zabieleną śmietaną z makaronem na wywarze warzywnym 200ml, kotlet schabowy duszony w sosie własnym 100g, ziemniaki 100g, buraczki 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – surówka witaminka z pieczywem wasa

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

ŚRODA 23.09

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło 5g, pasta jajeczna z boczkiem 30g, ogórek zielony 30g, herbata owocowa 150ml, ryż 15g na mleku 100ml

II ŚNIADANIE – gruszka

OBIAD – żurek z ziemniakami 200ml, kluski leniwe z musem owocowo- jogurtowym 80ml, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – súpki warzyw 20g, sos tzatziki 50g, chrupek kukurydziany

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

CZWARTEK 24.09

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło 5g, pasta twarogowa z rzodkiewką 50g, kawa zbożowa z mlekiem 150ml

II ŚNIADANIE – nektarynka

OBIAD – zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 200ml, kotlety z ryżu i fasoli czerwonej 120g, sos czosnkowy 50g, surówka z marchewki 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – kisiel z płatkami migdałów 100ml

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

PIĄTEK 25.09

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło 5g, ser żółty salami 20g, papryka 20g, herbata z cytryną 150ml, płatki owsiane 15g na mleku 100ml

II ŚNIADANIE – śliwka

OBIAD – rosół z makaronem 200ml, pulpety rybne 75g, sos koperkowy 50g, ziemniaki 100g, warzywa z pary 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – koktajl mleczno- bananowy 100ml

ALERGENY: 1, 3, 4, 7, 9

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

GASTROSFERA
NOWY WYMIAR SMAKU!