JADŁOSPIS BM

PONIEDZIAŁEK 02.11

ŚNIADANIE – mleko roślin. 120ml z płatkami jaglanymi 15g, pieczywo mieszane 40g, masło roślin. 5g, szynka drobiowa 20g, rukola 10g, herbata z cytryną 150ml

II ŚNIADANIE – *jabłko*

OBIAD – zupa ogórkowa z ryżem, wkładką mięsną i zieleniną zabielana śmietaną roślin. 200ml, kopytka z musem owocowym i mlekiem kokos. 220g, kompot owocowy/ woda mineralna 150ml

PODWIECZOREK – weka z masłem roślinnym, pomidorki koktajlowe

ALERGENY : 1, 3, 7, 9

WTOREK 03.11

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło roślin. 5g, pasta jajeczna 25g, pomidor 20g, kakao na mleku roślin. 150ml

II ŚNIADANIE – banan

OBIAD – zupa koperkowa z ziemniakami i włoszczyzną na wywarze warzywnym zabielana śmiet. roślin. 200ml, klopsiki z indyka 75g w sosie słodko- kwaśnym 80g, ryż 80g, warzywa z pary 50g, kompot owocowy/ woda mineralna 150ml

PODWIECZOREK – jogurt roślinny 120g

ALERGENY : 1, 3, 7, 9

ŚRODA 04.11

ŚNIADANIE – płatki owsiane 15g na mleku roślinnym 150ml,pieczywo mieszane 40g, masło roślin. 5g, twarożek kozi z rzodkiewką 30g, herbata owocowa 150ml

II ŚNIADANIE – *mandarynka*

OBIAD – zupa z ciecierzycy na wywarze warzywnym 200ml, makaron w sosie śmietanowo-szpinakowym (śmiet. roślin) 180g, brokuł z pary 50g, kompot owocowy/ woda mineralna 150ml

PODWIECZOREK – budyń czekoladowy na mleku roślin. 120g,

ALERGENY : 1, 3, 7, 9

CZWARTEK 05.11

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło roślin. 5g, szynka wieprzowa 20g, ogórek zielony 20g, kawa zbożowa z mlekiem roślin. 150ml

II ŚNIADANIE – śliwka

OBIAD – zupa krem z dyni z grzankami 200ml**,** kotlety mielone 75g, ziemniaki 100g, buraczki 50g, kompot owocowy/ woda mineralna 150ml

PODWIECZOREK – kasza manna na mleku roślin. z kawałkami owoców 120g

ALERGENY : 1, 3, 7, 9

PIĄTEK 06.11

ŚNIADANIE – makaron 15g na mleku roślinnym 150ml, pieczywo mieszane 40g, masło roślin. 5g, ser kozi salami 20g, papryka 20g, herbata z cytryną 150ml

II ŚNIADANIE – *gruszka*

OBIAD – zupa szpinakowa z ryżem zabielana śmietaną roślin. 200ml, pulpety rybne 75g w sosie koperkowym 80g, ziemniaki 100g, surówka z czerwonej kapusty 50g, kompot owocowy/ woda mineralna 150ml

PODWIECZOREK – chałka, mleko roślin. o smaku piernika

ALERGENY : 1, 3, 4, 7, 9

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

GASTROSFERA

NOWY WYMIAR SMAKU!