

JADŁOSPIS BM

PONIEDZIAŁEK 05.10

ŚNIADANIE – mleko roślinne 150ml z kaszą jaglaną 15g, pieczywo mieszane 40g, masło roślinne 5g, szynka wieprzowa 20g, sałata 10g, herbata z cytryną 150ml

II ŚNIADANIE – nektarynka

OBIAD – barszcz ukraiński z ziemniakami i z zieleniną 200ml, ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 180g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – biszkopty 20g, jogurt sojowy 100g

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

WTOREK 06.10

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło roślinne 5g, pasta jajeczna 25g, rzodkiewka 20g, kakao z mlekiem roślinnym 150ml

II ŚNIADANIE – banan

OBIAD – zupa jarzynowa na wywarze warzywnym 200ml, kotlety mielone 75g, ziemniaki 100g, buraki 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – galaretka z borówkami 120g

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

ŚRODA 07.10

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło roślinne 5g, ser kozi 20g, papryka 20g, herbata owocowa 150ml, płatki ryżowe 15g na mleku roślinnym 150ml

II ŚNIADANIE – jabłko

OBIAD – zupa grochowa 200ml, naleśniki z dżemem 2 szt., kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – weka z masłem roślinnym i szczypiorkiem, pomidorki koktajlowe

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

CZWARTEK 08.10

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło roślinne 5g, pasztet pieczony 20g, pomidor 20g, kawa zbożowa z mlekiem roślinnym 150ml

II ŚNIADANIE – gruszka

OBIAD – krem z dyni na wywarze warzywnym z grzankami 200ml, gulasz wieprzowo-wołowy 75g, kasza bulgur 80g, ogórek kiszony 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – koktajl bananowy z siemieniem lnianym na mleku roślinnym 120ml, chrupki kukurydziane

ALERGENY: 1, 3, 7, 9

PIĄTEK 09.10

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło roślinne 5g, szynka drobiowa 20g, pomidor 20g, herbata z cytryną 150ml, kasza manna 15g na mleku roślinnym 150ml

II ŚNIADANIE – śliwki

OBIAD – zupa szczawiowa z jajkiem 1/2 200ml, pulpety rybne z miruny 75g, sos koperkowy 50ml, ziemniaki 100g, mini marchewki z pary 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – jogurt roślinny z owocami leśnymi 120g

ALERGENY: 1, 3, 4, 7, 9

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

GASTROSFERA
NOWY WYMIAR SMAKU!