JADŁOSPIS BM

PONIEDZIAŁEK 09.11

ŚNIADANIE – mleko roślin 150ml z płatkami owsianymi 15g, pieczywo mieszane 40g, masło roslinne 5g, szynka wieprzowa 20g, sałata 10g, herbata z cytryną 150ml

II ŚNIADANIE – jabłko

OBIAD – krupnik z kaszą jęczmienną, włoszczyzną i zieleniną 200ml, makaron a la carbonara bezmlecz 150g, warzywa z pary 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – jogurt vege z kawałkami owoców 120g

ALERGENY : 1, 3, 7, 9

WTOREK 10.11

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło roślinne 5g, ser kozi 20g, pomidor 20g, kakao na mleku roślin 150ml

II ŚNIADANIE – banan

OBIAD – zupa brokułowa z ryżem zabielana śmietaną roślin na wywarze warzywnym 200ml, pałeczki z kurczaka 1 szt., ziemniaki 100g, surówka z kapusty kiszonej 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – kisiel owocowy 120ml

ALERGENY : 1, 3, 7, 9

środa 11 listopad – Święto Niepodległości

-

CZWARTEK 12.11

ŚNIADANIE – pieczywo mieszane 40g, masło roślinne 5g, pasta z szynki 25g, ogórek zielony 20g, kawa zbożowa na mleku roślinnym 150ml

II ŚNIADANIE – melon

OBIAD – zupa pomidorowa z makaronem i zieleniną na wywarze warzywnym 200ml**,** gulasz wieprzowy 80g, kasza bulgur 80g, surówka z ogórka kiszonego 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – koktajl bananowy na mleku roślinnym 120ml

ALERGENY : 1, 3, 7, 9

PIĄTEK 13.11

ŚNIADANIE – ryż 15g na mleku roślinnym 150ml, pieczywo mieszane 40g, masło roślinne 5g, twarożek kozi 30g, papryka 20g, herbata z cytryną 150ml

II ŚNIADANIE – gruszka

OBIAD – zupa jarzynowa z włoszczyzną 200ml, kotlet z ryby mielonej 75g, ziemniaki 100g, surówka z kiszonej kapusty 50g, kompot owocowy 150ml

PODWIECZOREK – mini bułeczka z dżemem

ALERGENY : 1, 3, 4, 7, 9

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