

JADŁOSPIS pp 28.10-1.11



	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie I i II	<p>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, pasztet drobiowy z kaczka 30g, ser tłusty twarogowy ze szczypiorkiem 30g, mix sałat 10g (1,7) jabłko 100g</p> <p>Herbata z hibiskusa 200ml</p>	<p>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, żółty ser 20g, pasta drobiowa z fileta i warzyw gotowanych z oliwą i musztardą w/w 30g, sałata lodowa 10g (1,7) śliwka 70g</p> <p>Napar z melisy 200ml</p>	<p>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, parówka drobiowa 60g, ketchup z koncentratu pomidorowego 20g, kiełki fasoli 10g, papryka 20g jabłko 50g (1,7)</p> <p>Herbata czarna z truskawką 200ml</p>	<p>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło 10g, schab szefa kuchni w/w 20g, pomidor 20g serek śmietankowy 30g, makrela w oleju 20g, sałata 10g ogórek zielony 35g (1,4,7)</p> <p>Herbata czarna bez cukru 200ml</p>	
Obiad	<p>Zupa ogórkowa ze śmietaną 30% i ziemniaczkami na bulionie z świeżych warzyw 250ml (9)</p> <p>Makaron penne z mąki durum z sosem bolognese z wieprzowiną i marchewką 250g (1)</p> <p>Kompot wieloowocowy 200ml</p>	<p>Zupa pomidorowa na bulionie z świeżych warzyw z makaronem pszennym 250ml (1,9)</p> <p>Shoarma z kurczaka 80g, kasza bulgur 200g, mizeria na jogurcie naturalnym 60g (7)</p> <p>Kompot śliwkowy bez cukru 200ml</p>	<p>Krem wielowarzywny ze śmietaną na bulionie z świeżych warzyw 250ml z pestkami dyni (9)</p> <p>Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 120g, surówką z marchewki z brzoskwinia 60g (1,7)</p> <p>Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml</p>	<p>Żurek na zakwasie z ziemniaczkami 250ml (1,9)</p> <p>Bitki ze schabu 70g, ziemniaki 150g, fasolka zielona z pary 60g(1,3,7)</p> <p>Kompot truskawkowy bez cukru 200ml</p>	
Podwieczorek	<p>Galaretką wieloowocową 150ml z truskawkami 20g, wafle ryżowe 20g</p>	<p>Ciasto bananowe 80g, jabłko 50g (1,3)</p>	<p>Budyń śmietankowy na mleku z malinami 150 ml (7)</p>	<p>Koktajl z truskawki na jogurcie naturalnym 200ml (7) Bułka pszenna 30g (1)</p>	
	<p>Kcal 1106,8 B 28,1 Tł 43,9 W 160,2</p>	<p>Kcal 890,7 B 27,2 Tł 22 W 144,4</p>	<p>Kcal 912,6 B 24,7 Tł 38,1 W 128,1</p>	<p>Kcal 892,8 B 37,4 Tł 31,2 W 123,2</p>	