

# JADŁOSPIS pp b/m 02.12-06.12



Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

## Śniadanie I, II

Pieczyczo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, parówki drobiowe 50g, ketchup (w/w) 10g, masło roślinne 10g, żółty ser veg 20g, ogórek kiszony 15g, jabłko 100g  
Napar z mięty 200ml

Pieczyczo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło roślinne 10g, schab wiśniowy w/w 20g, pomidor 20g, ogórek zielony 20g, kiełki fasoli mung 5g, Owsianka na mleku roślinnym z bakaliami (rodzynki, suszone śliwki) 150ml (1,7,12)  
Kakao z mlekiem roślinnym 2% 200ml

Pieczyczo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło roślinne 10g, dżem n/s 50g, jajecznica na maśle roślinnym 60g, sałata lodowa 5g, Papryka 30g / Jabłko 30g (1,3,7)  
Herbata czarna 200ml

Pieczyczo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło roślinne 10g, schab szefa kuchni w/w 20g, sałata masłowa 5g, płatki kukurydziane 25g z mlekiem roślinnym 150ml, Gruszka 30/śliwka 30g (1,7)  
Herbata z dzikiej róży 200ml

Pieczyczo mieszane pszenno-żytnie 40g, wieloziarniste 40g, masło roślinne 10g, żółty ser veg 20g, pasta drobiowa z piersi kurczaka i warzyw gotowanych z oliwa i musztardą 40g, papryka kolorowa 35g, Banan 100g (1,7)  
Herbata wieloowocowa 200ml

## Obiad

Zupa Ogórkowa z ziemniaczkami na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9)  
  
Makaron z mąki durum z sosem pomidorowym z kurczakiem (1,7)  
Kompot śliwkowy bez cukru 200ml

Barszcz ukraiński na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (1,9)  
  
Sznycelki drobiowe 70g, ziemniaczki 150g, surówka colesław 60g (1,7)  
  
Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml

Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9)  
  
Knedle z morelą 160g i sosem owocowym 50ml z naszej pracowni, tarta marchewka 50 g (7),  
Kompot truskawkowy bez cukru 200ml

Rosół z kury z makaronem na bulionie ze świeżych warzyw 250 ml (1,9)  
  
Pulpeciki wieprzowe 70 g w sosie pomidorowym 50ml, ryż paraboliczny 100g, buraczki tarte gotowane z oliwą z oliwek 50g (9)  
Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml

Zupa pomidorowa z ryżem na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9)  
  
Paluszki rybne 70 g, ziemniaki 150g, surówka z kiszonej kapusty z oliwą z oliwek 70g (3,4,7)  
Kompot jabłkowy bez cukru 200ml

## Podwieczorek

Bułka pszenna 50g z dżemem brzoskwinowym 20g niskosłodzonym (1)

Kisiel cytrynowy z cukrem z 150ml, jabłko 50g

Jabłko zapiekane z pieca z masłem orzechowym 80g,

Czekoladowe Brownie z wiśniami 70g (1,3)

Koktajl z truskawek na mleku roślinnym (7)

Kcal 1353  
B 61,2  
Tł 49,8  
W 248

Kcal 1210  
B 47,4  
Tł 38,5  
W 178,7

Kcal 1262,9  
B 40,5  
Tł 51,2  
W 153,6

Kcal 1346,4  
B 47,8  
Tł 33,5  
W 209,2

Kcal 1090,60  
B 42,7  
Tł 38,8  
W 147,4