

Jadłospis pp b/m 09.12-13.12



	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Śniadanie I,II	<p>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 30g, wieloziarniste 30g, masło roślinne 10g, wędlina wieprzowa 20g, żółty ser veg 20g, mix sałat 10g, Jabłko 100g (1)</p> <p>Herbata malinowa 200ml</p>	<p>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 30g, wieloziarniste 30g, masło roślinne 10g, pomidor 20g, ogórek zielony 20g, jajecznicza na masetku 60g, Banan 100g (1)</p> <p>Kakao z mlekiem roślinnym 200ml</p>	<p>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 30g, wieloziarniste 30g, masło roślinne 10g, powidła śliwkowe 10g, pasztet wieprzowy 20g, kasza jaglana na mleku roślinnym z jabłkami 150g (1)</p> <p>Paseczki z ogórka zielonego 50g</p> <p>Napar z melisy 200ml</p>	<p>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 30g, wieloziarniste 30g, masło roślinne 10g, żółty ser veg 20g, pasta drobiowa z fileta kurczaka z warzywami, oliwą, musztardą i koperkiem 30g, sałata lodowa 10g, Gruszka 100g (1,3,)</p> <p>Herbata z owoców leśnych 200ml</p>	<p>Pieczywo mieszane pszenno-żytnie 30g, wieloziarniste 30g, masło roślinne 10g, powidła śliwkowe, wędlina drobiowa 20g, pomidor 20g, kiełki 10g, Owsianka na mleku roślinnym, rodzynki i suszona śliwka (1,12)</p> <p>Herbata z dzikiej róży 200ml</p>
Obiad	<p>Krem z pora na bulionie ze świeżych warzyw 250ml z grzankami pszennymi 5g (1,9)</p> <p>Makaron spaghetti z mąki durum 150g z sosem</p> <p>Napoletana z pomidorami i świeżymi ziołami 100ml (1,)</p> <p>surówka z białej kapusty</p> <p>Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml</p>	<p>Zupa pomidorowa na bulionie ze świeżych warzyw 250ml z makaronem durum 20g (1,9)</p> <p>Pieczone podudzie z kurczaka 100g, kasza bulgur 100g, surówka z ogórka 50 ml (1)</p> <p>Kompot wiśniowy bez cukru 200ml</p>	<p>Rosół z kury z makaronem durum 250ml (1,9)</p> <p>Kotlecik mielony 70g z wieprzowiny, ziemniaczki 150g, warzywa z pary 50g (1)</p> <p>Kompot truskawkowy bez cukru 200ml</p>	<p>Kapuśniak z ziemniaczkami na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9)</p> <p>Pierogi z mięsem 4 szt il - w/w, surówka z selera 50g (1)</p> <p>Kompot z jabłek bez cukru 200ml</p>	<p>Zupa jarzynowa na bulionie ze świeżych warzyw 250ml (9)</p> <p>Kotleciki z łososia 70g, ziemniaki 130g, surówka z kiszanej kapusty z oliwą z oliwek 50g</p> <p>Kompot wieloowocowy bez cukru 200ml</p>
Podwieczorek	<p>Bułka pszenna 50g z dżemem 20g, marchewka do chrupania 20g(1,)</p>	<p>Budyń waniliowy na mleku roślinnym 150 ml, kalarepa do chrupania 20g</p>	<p>Kisiel truskawkowy 150 ml z wafelkiem ryżowym 10g, jabłko 50g</p>	<p>Koktajl z wiśni na mleku roślinnym 150ml</p>	<p>Ciasto czekoladowe z naszej pracowni 50g, jabłko 50g (1,3)</p>
	<p>Kcal 1350 B 42,6 Tł 34,4 W 219,4</p>	<p>Kcal 1207 B 61,4 Tł 40,8 W 147</p>	<p>Kcal 1118 B 37,1 Tł 40,7 W 150,2</p>	<p>Kcal 1093 B 37,8 Tł 35,8 W 150,3</p>	<p>Kcal 1095 B 41 Tł 44,6 W 127,8</p>