# Jadłospis

# od dnia, 4.III. 24r. do dnia, 8.III. 24r.

| Śniadanie | Obiad | Podwieczorek |
|---|---|---|
| **Poniedziałek** | | |
| Płatki owsiane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, wędlina, miód, pomidory, sałata, papryka, ogórki zielone, ogórki kwaszone, herbata z cytryną (1,7) | Krupnik.<br>Spagetii bolognese (mięso wieprzowe, pomidory, zioła, warzywa, ser żółty, makaron pełnoziarnisty), kompot wieloowocowy. (1,3,7,9) | Kisiel wiśniowy, biszkopty<br>Jabłka (1,7) |
| **Wtorek** | | |
| Kasza manna na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasta z ryby wędzonej, dżem, pomidory, sałata, papryka, ogórki zielone, ogórki kwaszone, herbata miętowa. (1,7) | Neapolitańska z serem żółtym i mini pulpecikami wieprzowymi.<br>Ryż z białym serem, jogurtem, duszonymi jabłkami z cynamonem, woda z cytryną i miętą.<br>(1,3,7,9) | Bułeczka maślana,<br>ŚWIEŻO WYCISKANY JEDNODNIOWY SOK (jabłko, ananas, jarmuż, ogórek) (1,7) |
| **Środa** | | |
| Płatki kukurydziane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, pasztet drobiowy, miód, pomidory, sałata zielona, papryka, ogórki kwaszone, ogórki zielone, herbata z cytryną. (1,3,7) | Krem z dyni z grzankami.<br>Kasza perłowa, gulasz wieprzowy, buraczki zasmażane, kompot.<br>(1,7,9) | Galaretka owocowa, herbatniki, Melon (1,3,7) |
| **Czwartek** | | |
| Pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, dżem, pomidory, sałata, papryka, ogórki zielone, ogórki kwaszone, herbata miętowa. (1,7) | Ogórkowa.<br>Ziemniaki, gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym, woda z imbirem i pomarańczami.<br>(1,3,7,9) | Bułka grahamka, masło, twarożek z marchewką, kawa inka,<br>Banan (1,7) |
| **Piątek** | | |
| Kakao, pieczywo mieszane z masłem, jajo ze szczypiorkiem, miód, pomidory, sałata zielona, papryka, ogórki kwaszone, ogórki zielone, herbata z cytryną. (1,3,7) | Kalafiorowa.<br>Pierogi ruskie, surówka z ogórków kwaszonych, kompot wiśniowy.<br>(1,3,7,9) | Ciasto z owocami, herbata malinowa,<br>Jabłka.<br>(1,3,7) |

# Jadłospis
# od dnia, 11.III.24 r. do dnia, 15.III. 24r.

| Śniadanie | Obiad | Podwieczorek |
|---|---|---|
| **Poniedziałek** | | |
| Płatki kukurydziane na mleku, pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, miód, pomidory, sałata, papryka, ogórki kwaszone, ogórki świeże, herbata z cytryną (1,7) | Szczawiowa.<br>Makaron, pulpeciki w sosie pomidorowym, bukiet warzyw gotowanych, kompot truskawkowy. (1,3,7,9) | Pieczywo mieszane, masło, wędlina, papryka, herbata miętowa<br>Suszone jabłuszka (1,7) |
| **Wtorek** | | |
| Kasza manna na mleku, pieczywo mieszane z masłem, wędlina drobiowa, sałata, papryka, ogórki świeże, ogórki kwaszone, pomidory, cykoria, herbata miętowa. (1,7) | Brokułowa.<br>Naleśniki z serem i śmietaną, brzoskwinia, woda z cytryną i miętą. (1,3,7,9) | Tosty hawajskie (pieczywo, szynka, ser żółty, ananas), ŚWIEŻO WYCISKANY JEDNODNIOWY SOK (jabłko, pomarańcza, seler naciowy) (1,7) |
| **Środa** | | |
| Pieczywo mieszane z masłem, parówki z szynki, ketchup, miód, pomidory, sałata, papryka, ogórki kwaszone, ogórki świeże, cykoria, herbata z cytryną. (1,7) | Pomidorowa z makaronem.<br>Ziemniaki, kotlety warzywno-jajeczne, surówka z kapusty pekińskiej i ogórka świeżego, kompot wieloowocowy. (1,3,7,9) | Zapiekanka z chałki z musem owocowym, herbata rumiankowa,<br>Jabłka (1,3,7) |
| **Czwartek** | | |
| Płatki ryżowe na mleku, pieczywo mieszane z masłem, jajo ze szczypiorkiem, dżem, papryka, sałata, pomidory, ogórki świeże, ogórki kwaszone, cykoria, herbata miętowa. (1,3,7) | Krem z białych warzyw z grzankami.<br>Ziemniaki, filet ryby smażony, surówka (burak, jabłko, cebulka), woda z imbirem i pomarańczami (1,3,4,7,9) | Jogurt grecki owocowy, chrupki kukurydziane<br>jabłka (1,7) |
| **Piątek** | | |
| Pieczywo mieszane z masłem, twarożek z rzodkiewkami i szczypiorkiem, twarożek z marchewką, dżem, pomidory, sałata, papryka, ogórki kwaszone, ogórki świeże, cykoria, herbata z cytryną. (1,7) | Kapuśniak.<br>Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym, bakłażanem, sosem beszamelowym i serem żółtym, surówka z buraków, woda z pomarańczami i imbirem.<br>(1,3,7,9) | Drożdżówka z serem, kakao, banan (1,3,7) |

# Jadłospis

## od dnia, 18.III. 24 r. do dnia, 22.III. 24 r.

| Śniadanie | Obiad | Podwieczorek |
|---|---|---|
| **Poniedziałek** | | |
| Pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, miód, pomidory, sałata, papryka, ogórki kwaszone, ogórki świeże, herbata z cytryną (1,7) | Zupa z soczewicy czerwonej.<br>Kasza kus kus, kurczak w sosie słodko-kwaśnym, sałata lodowa z rzodkiewką i jogurtem, kompot wieloowocowy)<br>Jabłka. (1,7,9) | Mus owocowy, ciasteczka zbożowe (1,7) |
| **Wtorek** | | |
| Kasza manna na mleku, pieczywo mieszane z masłem, wędlina, sałata, papryka, ogórki świeże, ogórki kwaszone, pomidory, herbata miętowa. (1,7) | Barszcz czerwony zabielany.<br>Kluski leniwe z jogurtem, surówka z marchwi i jabłek, woda z cytryną.<br>(1,3,9) | Pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem,<br>ŚWIEŻO WYCISKANY JEDNODNIOWY SOK (jabłko, marchew, pietruszka, cytryna)<br>(1,3,7) |
| **Środa** | | |
| Kakao, pieczywo mieszane z masłem, jajo ze szczypiorkiem, miód, pomidory, sałata, papryka, ogórki kwaszone, ogórki świeże, herbata z cytryną. (1,3,7) | Zacierkowa.<br>Ziemniaki, kotlet rybny, surówka z marchwi i jabłek, woda z miętą i cytryną.<br>(1,3,4,9) | Pudding ryżowy na mleku kokosowym z sosem z truskawek,<br>Jabłka (1,7) |
| **Czwartek** | | |
| Pieczywo mieszane z masłem, twarożek ze szczypiorkiem, twarożek waniliowy, dżem, papryka, sałata, pomidory, ogórki świeże, ogórki kwaszone, herbata miętowa. (1,7) | Pomidorowa z makaronem.<br>Ziemniaki, kotlet z piersi kurczaka, mini marchew gotowana, kompot truskawkowy.<br>(1,3,7,9) | Jogurt grecki waniliowy, chrupki kukurydziane<br>Winogrona (1,7) |
| **Piątek** | | |
| Kawa zbożowa z miodem, pieczywo mieszane z masłem, pasztet, pomidory, sałata, papryka, ogórki kwaszone, ogórki świeże, herbata z cytryną. (1,3,7) | Krem z kukurydzy z grzankami.<br>Łazanki z pieczarkami, kapustą kwaszoną i kiełbaską, kompot wieloowocowy.<br>(1,7,9) | Jabłka pod kruszonką, herbata malinowa. (1,7) |

# Jadłospis

# od dnia, 25.III. 24r. do dnia, 29.III. 24 r.

| Śniadanie | Obiad | Podwieczorek |
|---|---|---|
| **Poniedziałek** | | |
| Zacierki na mleku, pieczywo mieszane z masłem, ser żółty, miód, pomidory, sałata, papryka, ogórki kwaszone, ogórki świeże, cykoria, herbata z cytryną (1,7) | Ogórkowa.<br>Kasza gryczana, pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym, surówka (marchew, por, jabłko), kompot wieloowocowy (1,3,7,9). | Pieczywo mieszane z masłem, twarożek z marchewką,<br>Herbata malinowa.<br>(1,7) |
| **Wtorek** | | |
| Kasza manna na mleku, pieczywo mieszane z masłem, wędlina, sałata, papryka, ogórki świeże, ogórki kwaszone, pomidory, cykoria, herbata miętowa. (1,7) | Krem z marchwi z nutą pomarańczy z groszkiem ptysiowym.<br>Ryż, kurczak w sosie curry z zielonymi warzywami, surówka wiosenna (kapusta pekińska, papryka, ogórek, pomidor), woda z imbirem i pomarańczami.<br>(1,7,9) | Bułka grahamka z masłem i dżemem,<br>ŚWIEŻO WYCISKANY JEDNODNIOWY SOK (jabłko, biała kapusta, cytryna) (1,7) |
| **Środa** | | |
| Pieczywo mieszane z masłem, wędlina, miód, pomidory, sałata, papryka, ogórki kwaszone, ogórki świeże, cykoria, herbata z cytryną. (1,7) | Krupnik.<br>Ziemniaki, kotlet mielony, fasolka szparagowa, woda z cytryną i miętą.<br>(1,3,7,9) | Drożdżówka z budyniem, kawa zbożowa,<br>banan (1,7) |
| **Czwartek** | | |
| Pieczywo mieszane z masłem, twarożek ze szczypiorkiem, twarożek waniliowy, dżem, papryka, sałata, pomidory, ogórki świeże, ogórki kwaszone, cykoria, herbata miętowa. (1,7) | Pieczarkowa.<br>Makaron ze szpinakiem i łososiem w sosie śmietanowo -cytrynowym, kompot, (1,3,4,7,9) | Pieczywo mieszane z masłem, humus (pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów), herbata rumiankowa,<br>Jabłka (1,7,11) |
| **Piątek** | | |
| Kawa zbożowa z miodem, pieczywo mieszane z masłem, jajo ze szczypiorkiem, pomidory, sałata, papryka, ogórki kwaszone, ogórki świeże, cykoria, herbata z cytryną. (1,7) | Kartoflanka z pomidorami<br>Placki ziemniaczana z sosem pieczarkowym, surówka z ogórków kwaszonych (1,3,7,9) | Pieczywo mieszane z masłem, wędlina, herbata malinowa, suszone jabłuszka (1,7) |