

Jadłospis Nr 14 dekadowy

dla grupy "0" 11.02.2019 -22.02.2019

<p>07.01.2019 Poniedziałek I Śniadanie: chleb pszenno-żytni z masłem (2,3) szynka konserwowa kawa inka na mleku (3) II Śniadanie: marchew Zupa: zupa grochowa z kiełbasą (1) II Danie: łazanki z kapustą kiszoną okraszone boczkiem (2) Owoc: jabłko Kompot: z czarnej porzeczki Podwieczorek: kasza manna na mleku polana sokiem wiśniowym (3) Kalorie: 1170 kcal</p>	<p>Gramatura 1 kromka 1 plaster 200 ml 100 g 300 ml 200 g 1 szt. 200 ml 150 ml</p>	<p>14.01.2019 Poniedziałek I Śniadanie: chleb pszenno-żytni z masłem (2,3) szynka konserwowa kakao na mleku (3) II Śniadanie: jabłko Zupa: żurek z klopsikami mięsnymi (1,3) II Danie: makaron Carbonara (makaron, szynka wędzona, sos śmietanowy) (2,3) Kompot: z czarnej porzeczki Podwieczorek: kasza manna na mleku (2,3) Kalorie: 1111 kcal</p>	<p>Gramatura 1 kromka 1 plaster 200 ml 1 szt. 300 ml 200 g 200 ml 150 ml</p>
<p>08.01.2019 Wtorek I Śniadanie: płatki kukurydziane na mleku (3) tosty z serem (2) II Śniadanie: jabłko Zupa: zupa kalafiorowa na kurczaku zabieleną śmietaną (1,3) II Danie: : gulasz wołowy (2) Kasza gryczana Surówka: z buraczków i jabłek Kompot: z wiśni Podwieczorek: koktajl mleczny z owocami Kalorie: 1179 kcal</p>	<p>Gramatura 200 ml 1 kromka 1 szt. 300 ml 100 g 100 g 100 g 200 ml 150 ml</p>	<p>15.01.2019 Wtorek I Śniadanie: bagietka z masłem i dżemem (2,3) kawa inka na mleku (3) II Śniadanie: mandarynka Zupa: z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną (1,3) II Danie: kotlet mielony z karkówki (2,4) ziemniaki Surówka: z buraków i jabłek Kompot: ze śliwek Podwieczorek: budyń waniliowy Kalorie: 1137kcal</p>	<p>Gramatura 1 kromka 200 ml 1 szt. 300 ml 1 szt. 100 g 100 g 200 ml 150 ml</p>
<p>09.01.2019 Środa I Śniadanie: chleb pszenno-żytni z masłem (2,3) I pastą z kurczaka plaster ogórka kawa inka na mleku (3) II Śniadanie: rzodkiewka Zupa: pomidorowa na kurczaku z makaronem zabieleną śmietaną (1,3) II Danie: kotlet schabowy panierowany(2,4) ziemniaki Surówka: z marchwi i jabłek Kompot: z czerwonej porzeczki Podwieczorek: mandarynka Kalorie: 1066 kcal</p>	<p>Gramatura 1 kromka 1 szt. 200 ml 1 szt. 300 ml 100 g 100 g 100 g 200 ml 1 szt.</p>	<p>16.01.2019 Środa I Śniadanie: chleb pszenno-żytni z masłem wędlina herbata malinowa II Śniadanie: jabłko Zupa: rosół z makaronem posypany natką pietruszki (1,2) II Danie: udko z kurczaka pieczone ziemniaki Surówka: z sałaty lodowej i jogurtu naturalnego Kompot: z wiśni Podwieczorek: ciasto marchewkowe (2,3,4) Kalorie: 1033 kcal</p>	<p>Gramatura 1 kromka 1 plaster 200 ml 1 szt. 300 ml 100 g 100 g 100 g 200 ml 1 szt.</p>

<p>10.01.2019 Czwartek I Śniadanie: chleb pszenno-żytni z masłem (2,3) wędlina drobiowa herbata owocowa II Śniadanie: sok z marchwi i jabłek Zupa: pieczarkowa na kurczaku zabieleną śmietaną (1,3) II Danie: ryż z kurczakiem i warzywami Kompot: z truskawek (7) Podwieczorek: budyń waniliowy (2,3) Kalorie: 971 kcal</p>	<p>Gramatura 1 kromka 1 plaster 150 ml 150 ml 300 ml 200 g 200 ml 150 ml</p>	<p>17.01.2019 Czwartek I Śniadanie: chleb pszenno-żytni z masłem (2,3,4) żółty ser (3) kakao na mleku II Śniadanie: gruszka Zupa: ogórkowa na kurczaku zabieleną śmietaną (1,2,3) II Danie: filet z dorsza z warzywami (2,4,5) ziemniaki Surówka: z kapusty kiszanej i marchwi Kompot: z czerwonej porzeczki Podwieczorek: kisiel do picia Kalorie: 1177 kcal</p>	<p>Gramatura 1 kromka 1 plaster 200 ml 1 szt. 300 ml 100 g 100 g 100 g 200 ml 150 ml</p>
<p>11.01.2019 Piątek I Śniadanie: chałka z masłem i miodem (2,3,8) kakao na mleku (3) II Śniadanie: jabłko Zupa: krem z marchewki II Danie: filet z dorsza w cieście (5,2,4) ziemniaki Surówka: z kiszanej kapusty Owoc: banan Herbata miętowa Podwieczorek: biszkopty (2) Kalorie: 1119 kcal</p>	<p>Gramatura 1 kromka 200 ml 1 szt. 300 ml 100 g 100 g 100 g 1 szt. 200 ml 10 g</p>	<p>18.01.2019 Piątek I Śniadanie: chleb z ziarnami z masłem i twarogiem ze szczypiorkiem (2,3,4) herbata malinowa II Śniadanie: mandarynka Zupa: krem z dyni zabieleny śmietaną (1,3) II Danie: ryż z truskawkami polany jogurtem naturalnym (2,3,7) Herbata miętowa Owoc: banan Podwieczorek: koktajl mleczno-owocowy (3) Kalorie: 1078kcal</p>	<p>Gramatura 1 kromka 200 ml 1 szt. 300 ml 200 g 200 ml 1 szt. 150 ml</p>

Produkty powodujące alergię: 1-seler, 2-gluten, 3-produkty pochodne mleka, 4-jajka, 5-ryba, 6-gorczyca, 7-truskawki, 8-miód
Jadłospis może ulec zmianie.