

Jadłospis Nr 14 dekadowy dla grupy "0"

26.03.2018 - 06.04.2018

26.03.2018 PONIEDZIAŁEK Śniadanie: chleb pszenno - żytni z masłem szynka konserwowa, pomidor Kawa Inka II śniadanie: Jabłko Herbata owocowa Zupa: Kapuśniak z białej kapusty z kielbasą na wędzonce z pomidorami (1,3) II Danie: Filet z piersi kurczaka w sosie pieczarkowym (2,3) Makaron świderki (2) Surówka: rzodkiew biała z marchwią i jogurtem (3) Kompot: ze śliwek Owoc: banan Podwieczorek: budyń czekoladowy Kalorie: 1340 kcal	1kromka 1 plaster 200 ml 1 szt. 200 g 300 ml 100 g 100 g 100 g 200 ml 1 szt. 150 ml		
27.03.2018 WTOREK Śniadanie: parówka chleb z ziarnami z masłem, II śniadanie: Gruszka Herbata owocowa Zupa: Żurek z kielbasą (1) II Danie: Gulasz wołowy (2) Ziemniaki Surówka: z buraczków z jabłkiem Kompot: z czerwonej porzeczki Owoc: mandarynka Podwieczorek: chałka z masłem i miodem Kalorie: 1375 kcal	1 szt. kromka 1 szt. 200 ml 300 ml 100 g 100 g 100 g 200 ml 1 szt.	03.04.2018 WTOREK Śniadanie: chleb z ziarnami z masłem, ser żółty, papryka Kakao II śniadanie: jabłko Zupa: Owocowa (1,2,3) II Danie: Filet z kurczaka panierowany Ziemniaki Surówka z marchwi i jabłek Kompot z rabarbaru Owoc: banan Podwieczorek: chałka z Nutellą Kalorie: 1350 kcal	kromka 1 plaster 200 ml 1 szt. 300 ml 100 g 100 g 100 g 200 ml 1 szt. kromka
28.03.2018 ŚRODA Śniadanie: Chleb razowy z masłem, szynka wieprzowa, pomidor, sałata (2,3) Kakao (3) II Danie: marchewka Herbata owocowa Zupa: Krem z dyni z groszkiem ptysiowym ze śmietaną (2,3) II Danie: dorsz w cieście (2,4,5) Ziemniaki Surówka z kiszonej kapusty z marchwią Kompot: z wiśni Owoc: gruszka Podwieczorek: koktajl mleczno - owocowy Kalorie: 1395 kcal	kromka 1 plaster 200 ml 1 szt. 200 ml 200 ml 100 g 100 g 100 g 200 ml 1 szt. 150 ml	04.04.2018 ŚRODA Śniadanie: chleb razowy z masłem, szynka wieprzowa, pomidor, sałata kawa Inka (2,3) II śniadanie: Gruszka Herbata owocowa Zupa: Krupnik na skrzydełkach indyczych (1) II Danie: naleśniki z jabłkami (2,3,4) Kompot wiśniowy Owoc: banan Podwieczorek: koktajl mleczno - owocowy Kalorie: 1195 kcal	kromka 1 plaster 200 ml 1 szt. 200 ml 300 ml 2 szt. 200 ml 1 szt. 150 ml

29.03.2018 CZWARTEK Śniadanie: kasza manna na mleku (3) chleb z ziarnami z masłem, szynka drobiowa, papryka (2,3) II śniadanie mandarynka herbata owocowa Zupa: : pomidorowa z makaronem zabieleną śmietaną (2,3) II Danie: Filet z kurczaka (2,4,5) Ziemniaki Surówka: z kapusty kiszzonej z jabłkami Kompot ze śliwek Owoc: mandarynka Podwieczorek: kisiel do picia z biszkoitem Kalorie: 1360 kcal	200 ml kromka 1 plaster 1 szt. 200 ml 300 ml 100 g 100 g 100 g 200 ml 1 szt. 150 ml	05.04.2018 CZWARTEK Śniadanie: płatki owsiane na mleku chleb z ziarnami z masłem, szynka drobiowa, papryka II śniadanie: mandarynka herbata owocowa Zupa: z fasolki szparagowej (1) II Danie: zapiekanka ryżowa (ryż, kiełbasa, marchew, papryka, ser żółty) (2,3,4,5) Kompot: czerwona porzeczka Owoc: gruszka Podwieczorek: kisiel do picia z biszkoitem Kalorie: 1215 kcal	200 ml kromka 1 plaster 1 szt. 200 ml 300 ml 1 szt. 200 ml 1 szt. 150 ml
30.03.2018 PIĄTEK Śniadanie: Bułka z masłem i miodem kakao (2,3) II śniadanie jabłko herbata owocowa Zupa: jarzynowa (1) II Danie: Racuchy z jabłkami (2,3,4,) Herbata z cytryną Podwieczorek: budyń waniliowy Kalorie: 1180 kcal	1 szt. 200 ml 1 szt. 200 ml 300 ml 2 szt. 200 ml 150 ml	06.04.2018 PIĄTEK Śniadanie: Bułka z masłem i twarogiem, posypyany szczypiorem kakao (2,3) II śniadanie jabłko herbata owocowa Zupa: rybna z dorsza (1,3,5) II Danie: makaron z serem polany musem truskawkowym (2,3,4) Herbata miętowa Serek Danio (3) Podwieczorek: budyń waniliowy Kalorie: 1245 kcal	1 szt. 200 ml 1 szt. 200 ml 300 ml 200 g 200 ml 1 szt. 150 ml

Produkty powodujące alergie: 1-seler, 2-gluten, 3-produkty pochodne mleka, 4-jajka, 5-ryba, 6-gorczyca, 7-truskawki, 8-miód