

JADŁOSPIS

Poniedziałek 18 stycznia

śniadanie: jajecznica na maśle; kanapka z pieczywa razowego lub kajzerka z masłem, ogórek, papryka; marchewka do chrupania; mleko (1, 3, 7)

zupa: kalafiorowa (7, 9)

drugie danie: makaron świderki z sosem bolognese; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika

drugie danie wegetariańskie: makaron świderki, sos z pomidorów pelati i ziół, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika

deser: mandarynka

napój: herbata owocowa; woda mineralna

podwieczorek: baton zbożowy musli z czekoladą; sok, (5, 11)

wtorek 19 stycznia

śniadanie: kanapka z pieczywa razowego z sałatą, szynką drobiową i pomidorem; herbata z cytryną; kasza manna na mleku (1, 7, 10)

zupa: zacierkowa (1, 3, 9)

drugie danie: udzik z kurczaka z rozmarynem; kasza pęczak, burgul i soczewica; marchewka z groszkiem z wody (1)

drugie danie wegetariańskie: jajko sadzone, grillowane warzywa; kasza pęczak, burgul i soczewica; marchewka z groszkiem z wody (1)

deser: kisiel

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: ciastka owsiane z żurawiną, kakao (1, 5, 11)

środa 20 stycznia

śniadanie: musli z owocami z jogurtem naturalnym; chałka z konfiturą owocową; herbata z cytryną (1, 5, 7, 8, 11)

zupa: rosół z makaronem i marchewką (1, 3, 9)

zupa wegetariańska: jarzynowa z kluseczkami

drugie danie: kotlet mielony; ziemniaki; surówka z tartej marchewki i jabłek (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: kotlet ziemniaczany, sos jogurtowo-ziołowy; surówka z tartej marchewki i jabłek

deser: jabłko

napój: herbata owocowa; woda mineralna

podwieczorek: sok; tosty z żółtym serem i sosem pomidorowym (5, 11)

czwartek 21 stycznia

śniadanie: placki z jabłkami z cukrem pudrem, herbata owocowa

zupa: pomidorowa (1, 3, 7, 9)

drugie danie: filet z indyka pieczony; sos tzatziki; kasza kuskus; mix sałat z papryką i ogórkiem (1, 7)

drugie danie wegetariańskie: placki z jabłkami i cukrem pudrem, sałatka z brzoskwini

deser: galaretka

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: jogurt naturalny z musem truskawkowym; biszkopty; sok (1, 5, 11)

piątek 22 stycznia

śniadanie: parówka z wody, sos pomidorowy; kanapka z pieczywa razowego, ogórek, papryka; ogórek do chrupania; herbata (1, 7, 10)

zupa: krupnik (1, 9)

drugie danie: naleśniki z białym serem, z jogurtem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

deser: wafel ryżowy

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek: galaretka z bitą śmietaną; sok