

Jadłospis „Lato w mieście” 2022

Wtorek, 16 sierpnia	
zupa	krupnik z ziemniakami (1,9) 250 ml
drugie danie	makaron świderki z sosem bolognese, z mięsem wieprzowym i pomidorami pelati (1,3,7)220 g
warzywa	surówka z białej kapusty z marynatami 100 g
napój	herbata cytrynowa 200 ml
podwieczorek	baton kakaowy Sante 25 g (7), sok jabłkowy 200 ml
Środa, 17 sierpnia	
zupa	pomidorowa z makaronem (1,3,7,9)250 ml
drugie danie	filet z kurczaka panierowany w płatkach kukurydzianych 100 g (1,3) ziemniaki 120 g
warzywa	surówka z tartej marchewki z jabłkiem 100 g
napój	kompot wieloowocowy 200 ml
podwieczorek	galaretka owocowa 200 ml, sok wieloowocowy 200 ml
Czwartek, 18 sierpnia	
zupa	rosół z makaronem i marchewką (1,3,9) 250 ml
drugie danie	udzik z kurczaka pieczony z rozmarynem 100 g, ryż 120 g
warzywa	mizeria na sałacie lodowej (7) 70 g
napój	sok multiwitamina 200 ml
podwieczorek	drugie śniadanie Dawtona 100 g, chrupki kukurydziane Sante 15 g
Piątek, 19 sierpnia	
zupa	ogórkowa z ziemniakami (1,3,7) 250 ml
drugie danie	paluszki z fileta z mintaja w kukurydzianej panierce(1,3,4) 100 g, kasza kuskus (1)120 g
warzywa	surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem 100 g
napój	woda mineralna z cytryną i miętą 200 ml
podwieczorek	jogurt owocowy pitny 200 ml (7), herbatniki 100 g (1)

Istnieje możliwość dokładek zupy, dodatków skrobiowych, surówek i napojów

Poniedziałek, 22 sierpnia	
zupa	kapuśniak z ziemniakami (1,7,9) 250 ml
drugie danie	fileciki z kurczaka w sosie śmietanowym 120 g(7), ryż 90 g
warzywa	surówka z białej kapusty z marchewką a la coleslaw 100 g (3,7)
napój	woda mineralna 200 ml
podwieczorek	wafelek mleczny 46 g (1,7), sok 200 ml
Wtorek, 23 sierpnia	
zupa	żurek z ziemniakami (7,9) 250 ml
drugie danie	kotlet schabowy panierowany 100 g (1,3) ziemniaki 120 g
warzywa	surówka z tartej marchewki z jabłkiem 100 g
napój	kompot wieloowocowy 200 ml
podwieczorek	drożdżówka(1,3,7) 150 g , woda mineralna 500 ml
Środa, 24 sierpnia	
zupa	jarzynowa z ziemniakami (7,9) 250 ml
drugie danie	makaron świderki z białym serem i truskawkami w sosie jogurtowo-śmietanowym 250 g (1,3,7)
warzywa	sałatka owocowa 150 g
napój	sok multiwitamina 200 ml
podwieczorek	snacki kukurydziane Sante, woda mineralna 500 ml
Czwartek, 25 sierpnia	
zupa	pomidorowa z makaronem (1,3,7) 250 ml
drugie danie	duszona bitka wieprzowa w sosie majerankowym 130 g(1), ziemniaki 120 g kasza kuskus 90 g
warzywa	tarte buraczki na ciepło 100 g
napój	woda mineralna z cytryną i miętą 200 ml
podwieczorek	baton BA Bakaland 40 g, sok 200 ml
Piątek, 26 sierpnia	
zupa	barszcz czerwony z ziemniakami (1,3,7) 250 ml
drugie danie	filet z mintaja w kukurydzianej panierce(1,3,4), kasza kuskus (1) 90 g
warzywa	surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem 100 g
napój	herbata z cytryną 200 ml
podwieczorek	kasza manna z musem truskawkowym 200 g (1,7), sok 200 ml

Istnieje możliwość dokładek zupy, dodatków skrobiowych, surówek i napojów

Poniedziałek, 29 sierpnia	
zupa	jaglanka z ziemniakami (1,9) 250 ml
drugie danie	burger drobiowy z tartą cukinią i marchewką pieczony 100 g (1,3,7), sos jogurtowo-ziolowy (7), ziemniaki 120 g
warzywa	surówka z białej kapusty z ogórkiem kwaszonym i pomidorami 100 g
napój	herbata cytrynowa 200 ml
podwieczorek	mus owocowy 100 g, chrupki kukurydziane Sante 25 g
Wtorek, 30 sierpnia	
zupa	ogórkowa z ziemniakami (1,7,9)
drugie danie	gulasz wieprzowy po węgiersku 120 g, kasza burgul (1)100 g
warzywa	surówka z tartej marchewki z jabłkiem 100 g
napój	kompot wieloowocowy 200 ml
podwieczorek	galaretka owocowa 200 ml, sok 200 ml
Środa, 31 sierpnia	
zupa	pomidorowa z makaronem (1,3,7,9)250 ml
drugie danie	kotlet mielony wieprzowy z pieca (100 g) (1,3), ziemniaki 120 g
warzywa	mizeria na sałacie lodowej (7) 80 g
napój	sok multiwitamina 200 ml
podwieczorek	batonik Granola miodowy 40 g Sante, sok 200 ml

Istnieje możliwość dokładek zupy, dodatków skrobiowych, surówek i napojów