

Jadłospis Nr 8 dla grupy „0”

19.10.2020 Poniedziałek I Śniadanie: chleb staropolski z masłem (2,3) połudwica sopocka, pomidor, szczypiorek kakao na mleku (3) II Śniadanie: owoc II Danie: gulasz wołowy kasza jęczmienna surówka: z ogórków kiszonych z papryką, cebulą i zieloną pietruszką owoc: śliwka kompot: z czarnej porzeczki Podwieczorek: budyń waniliowy (2,3) Kalorie: 1160 kcal	Gramatura kromka plaster 200 ml 1 szt. 100 g 200 g 100 g 1 szt. 200 ml 150 ml 150 ml
20.10.2020 Wtorek I Śniadanie: płatki kukurydziane na mleku (3) chleb pszenny z masłem (3) pierś pieczona z kurczaka, ogórek kiszony, papryka herbata owocowa II Śniadanie: owoc II Danie: pierogi z pieczarkami i żółtym serem (2,3) surówka: z marchwi, jabłek i żurawiny owoc: gruszka kompot: z wiśni Podwieczorek: galaretka owocowa Kalorie: 1145 kcal	Gramatura 200 ml kromka plaster 150 ml 1 szt. 250 g 100 g 1 szt. 150 ml 150 ml
21.10.2020 Środa I Śniadanie: kawa inka na mleku (3) chleb pytlowy żytni z masłem (3) szynka wieprzowa, twarożek z rzodkiewką, pomidor, papryka II Śniadanie: owoc II Danie: bigos z mięsem i kielbasą ziemniaki z koperkiem kompot: z truskawek (7) Podwieczorek: ciasto z owocami (2,3,4) Kalorie: 1130 kcal	Gramatura 200 ml kromka plaster 1 szt. 200 g 200 g 150 ml 150 g

22.10.2020 Czwartek I Śniadanie: kakao na mleku (3) chleb staropolski z masłem (2,3) połędwica sopocka, pomidor, rzodkiewka, papryka II Śniadanie: owoc II Danie: pulpety z mięsa wieprzowego kasza gryczana surówka: buraczki na ciepło kompot: ze śliwek Podwieczorek: koktajl mleczno- owocowy (3) Kalorie: 1135 kcal	Gramatura 200 ml kromka plaster 1szt. 100 g 200 g 100 g 150 ml 150 ml
23.10.2020 Piątek I Śniadanie: płatki owsiane na mleku (3) bułka kawiarka z masłem (2,3) pasta jajeczna ze szczypiorkiem, ser żółty (3,4) herbata owocowa II Śniadanie: owoc II Danie: filet rybny (2,4,5) ziemniaki z koperkiem surówka: z kapusty białej z marchewką, jabłkiem i zieloną pietruszką herbata miętowa z cytryną Podwieczorek: kisiel Kalorie: 1160 kcal	Gramatura 250 ml kromka plaster 150 ml 1szt. 100 g 200 g 100 g 150 ml 150 ml

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.