

Jadłospis

JADŁOSPIS

20-01-2025 - 31-01-2025

20.01.2025 r. Poniedziałek

ŚNIADANIE: Kanapka z masłem, pasta z wędliny. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców. (1, 3, 7)

OBIAD: Pomidorowa z makaronem. Ziemniaki. Kurczak gotowany mielony z warzywami. Kompot owocowy. Warzywa sezonowe (1,9)

PODWIECZOREK: Kasza jaglana na gęsto. Sałatka owocowa (1, 7)

21.01.2025 r. Wtorek

ŚNIADANIE: Chleb razowy. Sałatka rybna. Kawa mleczna. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców. (1, 4, 7)

OBIAD: Koperkowa. Łazanki z mięsem i kapustą kiszoną. Sok jabłkowy. Warzywa sezonowe. (1, 7, 9)

PODWIECZOREK: Wafle. Mandarynka. Mus jabłkowy. (7)

22.01.2025 r. Środa

ŚNIADANIE: Chleb razowy z masłem, kiełbasa szynkowa, sałata, rzodkiewka. Kakao. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców. (1, 3, 7)

OBIAD: Brokułowa z ziemniakami na mięsie z kurczaka. Placki z jabłkiem. Kompot. Marchewka. (1, 3, 7, 9)

PODWIECZOREK: Kanapka z masłem i pasztetem. Ogórek zielony. Kawa mleczna. Owoc. (1, 7)

23.01.2025 r. Czwartek

ŚNIADANIE: Chleb z masłem, ser żółty, pomidor, szczypiorek. Zupa mleczna. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców. (1, 7)

OBIAD: Krupnik z ryżu. Ziemniaki, gulasz z warzywami. Ogórek kiszony. Kompot owocowy. Warzywa sezonowe (1, 7, 9)

PODWIECZOREK: Wafelek. Jabłko. Mleko (1, 7)

24.01.2025 r. Piątek

ŚNIADANIE: Bułka z szynką. Papryka czerwona. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja

owoców. (1, 7)

OBIAD: Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami. Pampuchy z truskawkami. Kompot owocowy. (1, 3, 4, 7, 9)

PODWIECZOREK: Mini jagodnik. Mleko. (1, 7)

27.01.2025 r. Poniedziałek

ŚNIADANIE: Kanapka z masłem . Szyńka wieprzowa. Papryka czerwona. Kakao. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców. (1, 7)

OBIAD: Szczawiowa z ryżem na udkach z kurczaka. Ziemniaki. Jajko sadzone. Surówka z kapusty pekińskiej, jabłka i marchewki. Kompot owocowy. Warzywa sezonowe. (1, 7, 9)

PODWIECZOREK: Wafle „Grzeński”. Mleko. Owoc. (1, 7)

28.01.2025 r. Wtorek

ŚNIADANIE: Chleb razowy z masłem, polędwica sopocka. Sałata. Kakao. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców. (1, 7)

OBIAD: Zupa fasolowa. Makaron z twarogiem i musem truskawkowym. Kompot owocowy. Warzywa sezonowe. (1, 7, 9)

PODWIECZOREK: Kanapka z masłem, pasta „Vege”. Jabłko. Kawa mleczna. (1, 7)

29.01.2025 r. Środa

ŚNIADANIE: Kanapka z masłem, pasztetem. Ogórek kiszony. Kawa mleczna. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców. (1, 7)

OBIAD: Kapuśniak z białej kapusty na wędzonce z natką pietruszki. Bitki z kaszą. Surówki z kapusty białej. Marchewka. Kompot owocowy. (1, 3, 7, 9)

PODWIECZOREK: Wafelek. Owoc. Kakao. (7)

30.01.2025 r. Czwartek

ŚNIADANIE: Chleb z masłem, jajecznica ze szczypiorkiem. Kawa mleczna. Papryka czerwona. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców (1, 7)

OBIAD: Krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki. Ziemniaki. Filet rybny w panierce. Surówka z kiszonej kapusty. Sok jabłkowy. Warzywa sezonowe (1, 3, 4, 7, 9)

PODWIECZOREK: Pieczywo chrupkie. Twarożek na słodko. Mleko. Owoc. (1, 7)

31.01.2025 r. Piątek

ŚNIADANIE: Chleb z masłem. Parówka na gorąco z ketchupem. Kawa mleczna. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców. (1, 7)

OBIAD: Ogórkowa z ryżem. Ziemniaki. Kotlet mielony. Buraczki zasmażane. Herbata owocowa.
Warzywa sezonowe. (1, 7, 9)
PODWIECZOREK: Jogurt naturalny. Wafle (1, 7)

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom