Jadłospis

JADŁOSPIS

01-09-2025 - 12-09-2025

01.09.2025 r. Poniedziałek

ŚNIADANIE: Kanapka z masłem , twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem. Płatki na mleku. Herbata z miodem i cytryną . Codzienna porcja owoców (1,7)
OBIAD: Pomidorowa z ryżem . Ziemniaki. Kotlet z piersi kurczaka w panierce. Buraczki czerwone zasmażane. Herbata owocowa (1,3,9).
PODWIECZOREK: Wafle Crunchy. Mleko. Jabłko (1,7)

02.09.2025 r. Wtorek

ŚNIADANIE: Bułka z masłem. Pasta z jajka ze szczypiorkiem. Kasza jaglana na mleku . Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców (1,7)
OBIAD: Żurek z ziemniakami na wędzonce. Makaron z sosem spaghetti z warzywami . Kompot owocowy. Jabłko . (1, 7,9)
PODWIECZOREK: Budyń śmietankowy. Ciastka kruche. Arbuz.(7)

03.09.2025 r. Środa

ŚNIADANIE: Kanapka z masłem , ser żółty, pomidor , szczypiorek. Płatki na mleku. Herbata z miodem i cytryną . Codzienna porcja owoców (1,3,7)
OBIAD: Ogórkowa z ziemniakami. Kasza jęczmienna, gulasz z indyka z warzywami . Surówka z kapusty czerwonej, marchwi i jabłka . Herbata owocowa (1,7,9)
PODWIECZOREK: Jogurt owocowy. Kiwi. Rurka sucha.(1,7)

04.09.2025 r. Czwartek

ŚNIADANIE: Chleb razowy z masłem polędwica sopocka, pomidor, kakao. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców (1, 7)
OBIAD: Krupnik z kaszy jęczmiennej z natką pietruszki. Ziemniaki . Filet rybny w panierce z mąki razowej. Surówka z kiszonej kapusty , Sok jabłkowy . (1,3,4,7,9)
PODWIECZOREK: Kasza jaglana na gęsto. Mus truskawkowy. Banan (1 ,7)

05.09.2025 r. Piątek

ŚNIADANIE: Bułka z masłem, szynką wieprzowa, papryka czerwona . Kakao. Herbata z miodem i cytryną . Codzienna porcja owoców (1,7)
OBIAD: Zupa grochowa z ziemniakami. Naleśniki z twarogiem, surówka z marchwi. Sok jabłkowy. (1,3,7,9)

PODWIECZOREK: Drożdżówka z masłem. Kakao. Nektarynka(1 ,7)

08.09.2025 r. Poniedziałek

ŚNIADANIE: Chleb z masłem . Jajecznica ze szczypiorkiem. Kawa mleczna. Herbata z miodem i cytryną . . Codzienna porcja owoców. (1,7)
OBIAD: Rosół z makaronem . Ziemniaki .Mięso drobiowe mielone kurczaka z warzywami. Marchewka z groszkiem. Kompot owocowy. (1,3,7,9)
PODWIECZOREK: Chałka z masłem i dżemem. Jabłko. Mleko(7)

09.09.2025r. Wtorek

ŚNIADANIE: Bułka grahamka z masłem , polędwica drobiowa ,ogórek zielony. Kakao . Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców (1,7)
OBIAD: Szczawiowa z grzankami. Ziemniaki. Kotlety z jajka . Marchewka z jabłkiem. Herbata owocowa (1,3,7,9)
PODWIECZOREK: Wafle. Jabłko . Mleko . (7)

10.09.2025r. Środa

ŚNIADANIE: Chleb razowy z masłem. Szynka wieprzowa. Pomidor. Kakao. Herbata z miodem i cytryną . Codzienna porcja owoców. (1,7)
OBIAD: Jarzynowa z ziemniakami na udkach z kurczaka. Ryż ze śmietaną i jabłkami prażonymi. Kompot owocowy. (1,3,9)
PODWIECZOREK: Kanapka z pasztetem i ogórkiem kiszonym . Owoc. Kawa mleczna. (7)

11.09.2025 r. Czwartek

ŚNIADANIE: Kanapka z masłem. Sałatka z tuńczyka z jajkiem i ogórkiem kiszonym. Kawa mleczna. Herbata z miodem i cytryną Codzienna porcja owoców. (1,7)
OBIAD: Krem z dyni z makaronem . Ziemniaki .Kotlet Schabowy. Sałata z jogurtem naturalnym . Kompot owocowy (1,3,9)
PODWIECZOREK: Mini pączki. Kakao. Owoc. (1,7)

12.09.2025 r. Piątek

ŚNIADANIE: Chleb razowy z masłem jajko, rzodkiewka, szczypiorek. Płatki na mleku. Herbata z miodem i cytryną. Codzienna porcja owoców. (1,3,7)
OBIAD: Barszcz ukraiński z ziemniakami. Kasza gryczana. Mięso duszone z warzywami. Ogórek kiszony. Sok jabłkowy (1,3,7,9)
PODWIECZOREK: Jogurt, ciastko Fitness . Owoc(1,7)

Jadłospis może ulec niewielkim zmianom