

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

30.09.2019

Śniadanie	Chleb wiejski z pasta z tuńczyka i ogórkiem kiszonym ,kawa z mlekiem lub herbata.Gruszka
Obiad	Zupa grochowa z kostką ziemniaczaną i wędliną ,makaron czekoladowy z serem ,surówka z marchewki i jabłka ,kompot truskawkowy.
Podwieczorek	Chleb graham z masłem ,wędliną ,pomidorem ,herbata ziołowa.

Wtorek

01.10.2019

Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi ,wek z masłem i miodem ,herbata z cytryną .Papryka paski
Obiad	Zupa shreka z grzankami i pietruszką zieloną ,ziemniaki ,pieczeń wieprzowa ,surówka z ogórka kiszonego z marchewką ,cebulką i oliwą z oliwek ,kompot truskawkowy,
Podwieczorek	Banan ,ciastko

Środa

02.10.2019

Śniadanie	Chleb żytni z masłem ,ogórkiem zielonym parówki wiedeńskie ,kawa z mlekiem lub herbata.Melon
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z kostką ziemniaczaną ,łazanki z makronem ,kompot malinowy.
Podwieczorek	Budyń śmietankowy z musem truskawkowym.

Czwartek

03.10.2019

Śniadanie	Chleb graham z masłem szynką drobiową ,rzodkiewką ,kawa z mlekiem lub herbata .Sok owocowy.
Obiad	Zupa z pory z lanym ciastem ,pietruszką zieloną ,kasza kuskus na sypko potrawka z kurczaka z warzywami ,kompot śliwkowy
Podwieczorek	Kisielmalinowy ,ciasto ucierane z owocami.

Piątek

04.10.2019

Śniadanie	Wek z masłem ,jajkiem ,pomidorem ,rukolą ,kawa z mlekiem lub herbata.Jabłko
Obiad	Zupa neapolitańska z makaronem ,burgery rybne ,ziemniak ze szczypiorkiem ,surówka z selera z marchewką i rodzynkami ,kompot wieloowocowy.
Podwieczorek	Chałka drożowa z masłem orzechowym -wyrób własny ,mleko waniliowe