**Jadłospis** 

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Poniedziałek** **30.01.17** | Pieczywo wieloziarniste (1); masło (7); polędwica wiejska; sałata; papryka; płatki jaglane na mleku (1,7).432,05 kcal | ½ banana; marchewka do pochrupania. | Zupa jarzynowa z ziemniakami (9); natka; jogurt + śmietana (7); kluski leniwe z masłem (1,3,7); rzodkiewka + jogurt (7); kompot śliwkowy.445,99 kcal  | Chrupki kukurydziane (1); sałatka owocowa; herbata miętowa.81,49 kcal |
|  **Wtorek** **31.01.17** | Pieczywo z razowe i orkiszowe (1); masło (7); pasta z soczewicy i sera białego (6,7); ogórek kwaszony; krakowska podsuszana; pomidor; kakao (1,7).440,01kcal  | Sok jabłkowy; winogrona. | Zupa pomidorowa z makaronem (1,3,9); koperek; śmietana + jogurt (7); ziemniaki; udko pieczone; brokuły z wody (1,7); kompot porzeczkowy.461,68 kcal  | Murzynek /wypiek własny/ (1,3,7); herbata owocowa; cząstka pomarańczy. 200,67 kcal  |
|  **Środa** **01.02.17** | Pieczywo z ziarnem lnu (1); masło(7); twarożek z rzodkiewką (7); ogórek zielony; ¼ jajka (3); płatki orkiszowe na mleku (1.7).405,57 kcal | Mandarynka. | Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami (6,9); koperek; śmietana + jogurt (7); ryż brązowy; pulpety z indyka (1,3); buraczki zasmażane (1); kompot owocowy.452,16 kcal |  Grahamka (1); masło (7); ser żółty (7); papryka 147,64 kcal |
|  **Czwartek** **02.02.17** | Pieczywo żytnie z ziarnem lnu (1); masło (7); indyk pieczony; serek „Bieluch” (7); papryka; rzodkiewka; płatki kukurydziane na mleku (1,7).406,41kcal  | Sok owocowy; cząstka melona. | Kapuśniak z ziemniakami (9); koperek; makaron penne (1,3); sztuka mięsa w sosie własnym (1); marchewka gotowana (1,7); kompot wiśniowy.493,76 kcal | Koktajl mleczny z bananami (7); chrupki kukurydziane (1).129,62 kcal |
|  **Piątek** **03.02.17** | Pieczywo orkiszowe(1); masło(7); pasta z makreli i sera białego (3,7); ogórek kwaszony; ser żółty (7); pomidor; kawa mleczna (1,7).419,47kcal | ½ gruszki. | Zupa z soczewicy z ziemniakami (6,9); natka; kuskus (1); gulasz z cielęciny; bukiet jarzyn z wody (1,7); kompot truskawkowy.516,60 kcal | Jogurt naturalny (7); mus truskawkowy; chrupki kukurydziane (1). 113,37kcal |

Jadłospis może ulec zmianie !

 *ŻYCZYMY SMACZNEGO*