, **JADŁOSPIS**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek**  **30.10.17** | Pieczywo orkiszowe (1); masło(7); schab wędzony; sałata; papryka; płatki kukurydziane na mleku (1,7). 403,79 kcal | Winogrona. | Kapuśniak z ziemniakami (9); koperek; naleśniki z serem (1,3,7); śmietana + jogurt (7); tarta marchewka + jabłko + jogurt (7); kompot truskawkowy. 481,44 kcal | Sałatka owocowa; maca pszenna z miodem (1). 114,68 kcal |
| **Wtorek**  **31.10.17** | Chleb z ziarnem lnu (1); masło (7); pasta jajeczna (3,7); polędwica swojska; rzodkiewka; pomidor; kawa mleczna (1,7). 338,01 kcal | Cząstka melona. | Zupa ogórkowa z ziemniakami (9); natka; śmietana + jogurt (7); ryż brązowy (1); potrawka z kurczaka; surówka z buraków + olej; kompot wiśniowy. 419,87 kcal. | Wafle przekładane nutellą (1,6); ½ banana; gorące mleko (7). 246,88 kcal. |
| **Czwartek**  **02.11.17** | Bułka wyborowa (1); masło (7); ser żółty (7); pasta z ryby wędzonej i sera białego (4,7); ogórek kwaszony; papryka; płatki jaglane na mleku (1,7). 409,37 kcal | Cząstka pomarańczy; kalarepa. | Zupa grochowa z ziemniakami (6,9); natka; makaron penne (1,3); gulasz wołowy; kapusta pekińska + olej ; kompot śliwkowy. 472,23 kcal | Płatki kukurydziane na mleku (1,7); ½ jabłka. 165,35 kcal. |
| **Piątek**  **03.11.17** | Pieczywo z orkiszowe i razowe (1); masło (7); twarożek z rzodkiewką i jogurtem (7); krakowska podsuszana; ogórek zielony; płatki jęczmienne na mleku (1,7).411,54 kcal | ½ banana. | Zupa jarzynowa z ziemniakami (9); koperek; kuskus (1); pulpety z indyka (1,3); marchewka juniorka z wody (1,7); kompot wieloowocowy. 500,82 kcal | Grahamka (1); masło (7); dżem truskawkowy; herbata miętowa. 111,35 kcal |

*Jadłospis może ulec zmianie!*

*ŻYCZYMY SMACZNEGO*