**Jadłospis** 

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Poniedziałek** **11.12.17** | Pieczywo wieloziarniste (1); masło (7); polędwica wiejska; sałata; papryka; kasza manna na mleku (1,7). 389,96 kcal | Winogrona. | Zupa fasolowa z ziemniakami (6,9); natka; naleśniki z serem ( 1,3,7); śmietana + jogurt (7); tarta marchewka + jabłko + jogurt (7); kompot śliwkowy. 505,68 kcal  | Sałatka owocowa; maca pszenna z miodem (1). 114,68 kcal.  |
|  **Wtorek** **12.12.17** | Bułka wyborowa (1); masło (7); twarożek z ogórkiem zielonym (7); ¼ jajka; rzodkiewka; płatki orkiszowe na mleku (1,7). 406,68 kcal  | ½ gruszki; kalarepa do pochrupania. | Zupa jarzynowa z ziemniakami (9); koperek; śmietana + jogurt (7); ziemniaki; pulpety z indyka w sosie koperkowym (1,3); zielona surówka; kompot porzeczkowy.408,23 kcal  | Wafle przekładane nutellą (1,6); gorące mleko; mandarynka. 222,54 kcal  |
|  **Środa** **13.12.17** | Pieczywo orkiszowe i razowe (1); masło(7); filet z indyka pieczony; sałata; ogórek zielony; ser żółty (7); pomidor; kakao (1,7). 384,05 kcal | ½ jabłka. | Barszcz czerwony z ziemniakami (9); natka; śmietana + jogurt (7); kasza gryczana biała (1); strogonow; kalafior z wody (1,7); kompot z owoców leśnych.483,50 kcal | Jogurt naturalny (7); płatki kukurydziane (1). ½ banana. 173,93 kcal.  |
|  **Czwartek** **14.12.17** | Pieczywo wieloziarniste (1); masło (7); pasta z makreli i sera białego (4,7); ogorek kwaszony; kurczak gotowany; papryka; owsianka królewska mleku (1,7). 410,75kcal  | Winogrona. | Zupa ziemniaczana (9); natka; makaron kolorowy (1,3); gulasz z cielęciny; buraczki zasmażane (1); kompot wieloowocowy. 422,94 kcal | Budyń waniliowy (1,7); chrupaki (1); cząstka pomarańczy. 167,76 kcal |
|  **Piątek** **15.12.17** | Pieczywo z ziarnem lnu (1); masło(7); serek „Bieluch” (7); pomidor; krakowska podsuszana; rzodkiewka; płatki kukurydziane na mleku (1,7). 398,36 kcal | ½ banana. | Zupa brokułowa z ziemniakami (9); koperek; śmietana + jogurt (7); ryż (1); paluszki z ryby (4,3); marchewka gotowana; kompot wiśniowy. 445,26 kcal | Chałka (1); masło (7); ½ jabłka; herbata owocowa. 220,97 kcal |

Jadłospis może ulec zmianie !

 *ŻYCZYMY SMACZNEGO*