**Jadłospis** 

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Poniedziałek** **15.05.17** | Pieczywo z ziarnem lnu (1); masło (7); szynka swojska; sałata; pomidor; owsianka królewska na mleku (1,7).421,58 kcal | ½ banana. | Zupa jarzynowa z ziemniakami (6,9); natka; śmietana + jogurt (7); kluski leniwe z masłem (1,3,7); tarta marchew + jabłko + jogurt; kompot śliwkowy. 45,90 kcal  | Sałatka owocowa; maca miodowa (1). 103,23 kcal.  |
|  **Wtorek** **16.05.17** | Pieczywo orkiszowe (1); masło (7); pasta z makreli i sera białego (4,7); ogórek kwaszony; ser żółty (7); papryka; kawa mleczna (1,7).408,45 kcal  | Sok jabłkowy; mandarynka. | Barszcz czerwony z ziemniakami (9); śmietana + jogurt (7); koperek; makaron penne (1,3); gulasz wołowy; kapusta pekińska + olej; kompot porzeczkowy.486,52 kcal  | Jogurt waniliowy (7); chrupki kukurydziane (1); cząstka kiwi. 156,53 kcal  |
|  **Środa** **17.05.17** | Pieczywo żytnie (1); masło(7); pasta jajeczna (3); pomidor; indyk pieczony; ogórek zielony; płatki jaglane na mleku (1.7). 439,29 kcal | Winogrona. | Zupa z pomidorowa z makaronem (1,3,9); koperek; śmietana + jogurt (7); ziemniaki; kotlet mielony (1,3); brukselka; kompot owocowy. 543,57 kcal | Kisiel z jabłkiem (1); wafel ryżowy (1). 93,34 kcal.  |
|  **Czwartek** **18.05.17** | Pieczywo orkiszowe (1); masło (7); twarożek z pomidorem (7); krakowska podsuszana; rzodkiewka; zacierki na mleku (1,3,7). 417,49kcal  | Sok owocowy; cząstka melona. | Zupa z soczewicy z ziemniakami (6,9); natka; ziemniakami (9); ryż brązowy (1); ryba w warzywach (4,9); kapusta kwaszona + olej ; kompot truskawkowy.427,21 kcal | Budyń waniliowy (1,7); chrupaki(1); ½ banana. 201,31kcal |
|  **Piątek** **19.05.17** | Pieczywo razowe i wieloziarniste (1); masło(7); ser żółty; papryka; kurczak gotowany; sałata; płatki ryżowe na mleku (1,7). 444,77 kcal | ½ gruszki. | Krupnik z ziemniakami (1,9); natka; pierogi z mięsem i kapustą (1,3); (1,3); fasolka szparagowa (1,7); kompot wiśniowy . 501,30 kcal | Koktajl mleczny z bananami (7); chrupki kukurydziane (1). 129,62 kcal |

Jadłospis może ulec zmianie !

 *ŻYCZYMY SMACZNEGO*