

**Planowany tygodniowy jadłospis 08.10.2018- 12.10.2018r.**

<b><i>DZIEŃ TYGODNIA</i></b>	<b><i>ŚNIADANIE</i></b>	<b><i>OBIAD</i></b>	<b><i>PODWIECZOREK</i></b>
<b>Poniedziałek</b>	Płatki owsiane z mlekiem 200gml, pieczywo białe i razowe 40g, masło 8 g, pasta z białej fasoli 10g, ser żółty 10g, papryka kolorowa 20g, ogórek zielony 10g, herbatka owocowa 150g II śniadanie: jabłko.	Zupa ogórkowa z ryżem 220ml, kotlet jajeczny ze szpinakiem 60g, ziemniaki 150g, bukiet warzyw gotowanych 60g, pomidor 10g, kompot 150ml	Bułka musli 30 g z masłem 5 g, szynka gotowana 10g, kakao 150ml, banan.
	Alergeny: 1,7,5	Alergeny: 7,3,9	Alergeny: 1,3,7
<b>Wtorek</b>	Płatki gryczane z mlekiem 200ml, chleb domowy 40g, masło 8 g, polędwica sopocka 15g, kuleczki mozzarelli, pomidor ze świeżą bazylią 10g, herbatka 150g II śniadanie: melon.	Barszcz czerwony z ziemniakami 220 ml, udziec z indyka duszony 60g, kasza bulgur 150 g, sałata lodowa z pomidorkami koktajlowymi w sosie winegret 120g, woda z miodem i cytryną 150ml.	Bułka 30 g z masłem 5 g, twarożek z truskawkami 50g, herbatka 150 ml, jabłko.
	Alergeny: 7,1	Alergeny: 9,7	Alergeny: 1, 7,3
<b>Środa</b>	Płatki ryżowe z mlekiem 200ml, chleb biały i razowy 40g, masło 8g, pierś pieczona z indyka 10g, humus paprykowy 10g, ogórek zielony 10g, herbatka 150 ml. II śniadanie: banan.	Zupa fasolowa z makaronem 220 ml, kotlet mielony obtaczany w otrębach 60g, ziemniaki 150 g, sałatka z buraków z jabłkiem i oliwą 120 g, kompot 150 ml.	Gruszka w sosie waniliowym 100g, bułeczka z masłem 30g, herbatka 150ml.
	Alergeny: 7,1,11	Alergeny: 9,7,1	Alergeny: 7,3
<b>Czwartek</b>	Kawa z mlekiem 200ml, pieczywo białe i razowe 40g, masło 8 g, schab biały 10 g, ser żółty wędzony 10 g, rzodkiewka 20g, pomidor 20g, herbatka owocowa 150 ml. II śniadanie: melon.	Barszcz biały z ziemniakami i białą kiełbaską 220 ml, pierogi z serem i polewą jogurtowo-malinową 150g, plasterki marchewki 5 g, kompot 150 ml.	Chleb orkiszowy 30g z masłem 5 g, pasta z tuńczyka 50g, ogórek kiszony 20g, herbatka 120ml, winogrona rodzyнки.
	Alergeny: 1,7	Alergeny: 9,3,7	Alergeny: 1,3,4
<b>Piątek</b>	Płatki jęczmienne z mlekiem 200ml, chleb domowy 40g, masło 8 g, jajko gotowane 20g, szynka z indyka 10g, pomidor 20g, herbatka owocowa 150g II śniadanie: winogrona.	Zupa pieczarkowa z zacierką 220ml, ryba panierowana 60g, ziemniaki 150g, surówka z pora i marchewki 150g, kompot 150ml.	Bułka paryska 30g, masło 5 g, paluszek Pik-Nik (ser mozzarella) 20g, kakao 150ml, jabłko..
	Alergeny: 7,1,3	Alergeny: 4,9,3	Alergeny: 7

Jadłospis może ulec zmianie

Woda mineralna do picia podawana bez ograniczeń