



## JADŁOSPIS

Dni tygodnia	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Wartość odżywcza
Poniedziałek 15.04.2024	Chleb baltonowski (60g) /1AB/ Masło (5g) /7/ Parówki z szynki (20g) Ogórek zielony do chrupania (30g) Ketchup Pudliszek (10g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1B,7/	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną (180g) /7/ Naleśniki z białym serem i dżemem truskawkowym niskosłodzonym z kawałkami owoców (100g) /1A,3,7/ Kompot owocowy (130g)	Jabłko prażone na ciepło z cynamonem (70g) Herbatniki (10g) /1A,3/	E: 961kcal B: 43g T: 30g W: 134g
Wtorek 16.04.2024	Płatki jaglane na mleku (150g) /7/ Chleb kukurydziany (30g) /1A,11/ Masło (5g) /7/ Ser żółty (20g) /7/ Papryka czerwona (30g) Herbata z miodem i cytryną (130g)	Zupa pieczarkowa makaronem (180g) /1A,3/ Polędwiczki w sosie pieczeniowym (60g) Kasza jęczmienna parzona (30g) /1C/ Ogórek kiszony (50g) Melisa z pomarańczą (130g)	Koktajl malinowy na jogurcie naturalnym (130g) /7/ Biszkopt (10g) /1A,3/	E: 916kcal B: 41g T: 30 g W: 124g
Środa 17.04.2024	Chleb wieśniak (60g) /1AB/ Masło (5g) /7/ Polędwica drobiowa (20g) Sałata zielona (30g) Kawa zbożowa na mleku (130g) /1B,7/	Zupa rosółowa z lanymi kluskami /1A,3/ Bigos z białą kapustą i kiełbaską Ziemniaki (70g) Kompot owocowy (130g)	Wafle ryżowe (10g) Kiwi (60g) Kakao na mleku /7/	E: 848kcal B: 36g T: 31g W: 111g
Czwartek 18.04.2024	Płatki owsiane na mleku (150g) /1C,7/ Chleb graham (30g) /1AB/ Masło (5g) /7/ Miód naturalny (40g) Jabłko (40g) Herbata z cytryną (130g)	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną jogurtem naturalnym (180g) /1A,3/ Pierś z kurczaka duszona w ziołach (60g) /3/ Frytki pieczone (70g) Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem, ogórkiem i kukurydzą (40g) Rumianek (130g)	Chałka z masłem /1A,3,7/ Banan (60g) Ciepłe mleko /7/	E: 952kcal B: 35g T: 27g W: 142g
Piątek 19.04.2024	Chleb IG (60g) /1AB/ Masło (5g) /7/ Jajecznica ze szczypiorkiem (20g) /3/ Słupki papryki do chrupania (40g) Bawarka (130g)	Zupa z zieloną fasolką szparagową i makaronem (180g) /1A,3/ Pieczony filet z mintaja w panierce (60g) /1A,3,4/ Ziemniaki (70g) Kapusta kiszona z marchewką i pietruszką zieloną (40g) Sok naturalny 100% (130g)	Serek waniliowy Piątnica /7/ Jabłko (60g)	E: 943 kcal B: 50g T: 37g W: 102g

Potrawy mięsne nie są smażone lecz przygotowywane w piecu konwekcyjno-parowym.

Uwaga: Zastrzega się zmiany w jadłospisie.

Zatwierdził:

Sporządził:

Paulina Dżugaj- intendent

**DYREKTOR**  
*Mierwa*  
s. mgr Ewa Mierwa

*Dżugaj Paulina*