

Podsumowanie jadłospisu

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Pieczyczo mieszane 1 Smarowidło z gotowanej soczewicy z suszonymi pomidorami Szynka kanapkowa Warzywa z papryką Budyń na mleku 7 Mus truskawkowy Mandarynki Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Szynka z indyka Serek naturalny 7 Pieczona frittata z papryką, groszkiem i pomidorami 3 Warzywa z rzodkiewką Koktajl na maśle 7 Gruszka Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Masto 7 Ser żółty 7 Szynka kanapkowa Twarożek z jabłkiem i cynamonem 7 Warzywa z pomidorem Banan Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Ser żółty 7 Pasta warzywna z ciecierzycą Warzywa z marchewką Czekoladowa owsianka z owocami 1 Pomarańcza Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Masto 7 Szynka z indyka Twarożek z rzodkiewką 7 Warzywa z papryką Kisiel domowy Jabłko Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Ser żółty 7 Serek naturalny 7 Szynka z indyka Warzywa z pomidorem Babeczki z czekoladą 1,3 Banan Jogurt naturalny 7 Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Ser naturalny 7 Ser żółty 7 Szynka z indyka Jajko na twardo 3 Warzywa z kalarepą Budyń z kaszą manną 1,7 Herbata czarna, napar bez cukru
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Zupa jarzynowa 7,9 Schab gotowany w sosie pietruszkowym 1,7 Kasza gryczana Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 10 Kompot	Zupa kapuśniak 9 Potrawka z duszonym indykiem i cukinią Ryż basmati Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem 10 Kompot	Rosół z makaronem 1,3,9 Wege gołąbki pieczone z sosem pomidorowym 1,3 Ziemniaki gotowane Surówka z tartej marchewki Kompot	Zupa kalafiorowa 7,9 Kurczak duszony z dynią 9 Kasza jęczmienna 1 Surówka z porem i jabłkiem 7 Kompot	Barszcz ukraiński 9 Pieczona ryba z pomidorami 4,7 Ryż basmati Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką i jabłkiem Kompot	Zupa pieczarkowa z zacierkami 1,7,9 Smażony kotlet z piersi kurczaka 1,7 Ziemniaki gotowane Buraczki na ciepło Kompot	Zupa krem z zielonych warzyw 9 Gulasz węgierski 9 Kasza pęczak 1 Surówka z ogórków kiszonych Kompot
KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA	KOLACJA
Pieczyczo mieszane 1 Masto 7 Ser żółty 7 Pasta z jajka i tuńczyka ze szczypiorkiem 3,4,7 Warzywa z kalarepą Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Masto 7 Ser żółty 7 Szynka kanapkowa Serek wiejski ze szczypiorkiem i nasionami słonecznika 7 Warzywny słupek Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Serek naturalny 7 Masto 7 Szynka z indyka Sałatka z tuńczykiem 3,4,7,10 Warzywa z papryką Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Masto 7 Szynka kanapkowa Pieczona tarta z burakiem i serem 1,7 Sałata z rzodkiewką Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Masto 7 Serek naturalny 7 Szynka z indyka Sałatka paprykowa z kaszą bulgur 1 Warzywa z kiszonym ogórkiem Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Masto 7 Ser żółty 7 Szynka z indyka "Smalczyk" z fasoli i jabłka Warzywa z papryką Herbata czarna, napar bez cukru	Pieczyczo mieszane 1 Szynka kanapkowa Ser żółty 7 Pieczone warzywa Sos czosnkowy 7 Herbata czarna, napar bez cukru
K: 2184.9 / B: 110.3 T: 72.8 / WP: 248.1 F: 43.8 / WW: 24.4	K: 2285.4 / B: 117.4 T: 70.5 / WP: 263.6 F: 45.6 / WW: 26.6	K: 2104.6 / B: 102.5 T: 63.7 / WP: 261.1 F: 40.9 / WW: 26.2	K: 2283.4 / B: 91.2 T: 78.0 / WP: 274.2 F: 53.9 / WW: 27.5	K: 2029.5 / B: 95.6 T: 53.9 / WP: 258.2 F: 47.8 / WW: 26.3	K: 2014.7 / B: 97.0 T: 74.8 / WP: 222.8 F: 34.0 / WW: 22.4	K: 2165.3 / B: 98.2 T: 74.3 / WP: 258.3 F: 35.9 / WW: 25.8

