JADŁOSPIS TYGODNIOWY

2 tydzień

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Śniadanie | Obiad | Kolacja |
| Poniedziałek | Kasza manna z masłem i owocami  Kanapki z serem i masłem  Sezonowe owoce  Herbata bez cukru | Gęsta zupa z buraczków i fasoli  śmietana  Krokieciki z wołowiny  Kasza gryczana z marchwią i cebulą  Sałatka z suszoną borówką, kapustą pekińską  Woda | Bliny drożdżowe  Herbata bez cukru  Sos jagodowy |
| Wtorek | Kasza ryżowa z masłem  Chleb światły 5 ziaren z masłem  Sezonowe owoce  Herbata bez cukru | Zupa perłówka z brokułą  Chleb pełnoziarnisty  Płow z mięsem drobiowym  Ogórek marynowany  Woda | Zapiekanka twarogowa Jogurt  Jogurt pitny  Sezonowe owoce |
| Środa | Kasza ryżowa z masłem  Baton z  Herbata bez cukru  Sezonowe owoce | Zupa z fasoli, ziemniaków, marchwi i cukinii.  śmietana  Pełnoziarnisty chleb  Gołąbki „Maluchów”  Kasza ziemniaczana  Kompot jabłkowy (bez cukru) | Omlet  Baton 5 ziaren z masłem  Pomidory  Herbata bez cukru |
| Czwartek | Pełnoziarnisty makaron z oliwkowym olejem  Ser  Sezonowe owoce,  Herbata bez cukru | Zupa z kalafiorem i cukinią  Śmietana  Pełnoziarnisty chleb  Kurze udka  Kasza gryczana z masłem  świeże warzywa (ogórki, pomidory)  Woda | Gotowane ziemniaki  Kefir 2,5 proc.  Sezonowe owoce, warzywa, jagody  Baton 5 ziarnisty z masłem |
| Piątek | Kasza ziaren owsianych z masłem  Chlebek pełnoziarnisty z masłem  Sezonowe owoce  Herbata bez cukru | Grochówka  Chleb pełnoziarnisty  Krokeciki rybne zapiekane w piekarniku  Kasza ziemniaczana  Sałatka z buraczka, bobu i kiszonego ogórka  Woda | Naleśniki z konfiturami jagodowymi  Sezonowe owoce  Herbata bez cukru |

