

		Jadłospis	
		2.01.2019-4.01.2019	
Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Środa 2.01.2019 Środa Kcal 02.01.2019	Kawa na mleku /żyto,jęczmień/200ml bułka szpinakowa 50g/ mąka pszenna, jaja /, masło 5g, jajecznicza ze szczypiorkiem 50g	Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki / marchew, pietruszka, mieszanka warzywna, mąka pszenna, śmietana / Makaron z owocami i jogurtem 150g kompot owocowy 200ml,	Graham/mąka pszenna, jaja /30g Masło 5g ser żółty 30g, pomidor b/s 30g, herbata 150ml
Czwartek 3.01.2019 Kcal 936	Herbata z miodem 200ml bułka pszenna 50g / mąka pszenna, jaja / masło 10g, pasta twarogowa z pomidorem 30g dżem 10g	Krupnik z kaszą jaglaną 250ml / marchew, pietruszka, seler , cebula, mąka pszenna, śmietana / kotlety mielone drobiowe 70g / mąka pszenna, jaja , filet drobiowy, olej, cebula / ziemniaki 50g sałata pekińska z jogurtem i rzodkiewką kompot owocowy 150ml	graham 20g, /mąka pszenna, jaja / masło 5g, paszтет drobiowy / soja/ 15g pomidor 20g herbata 150ml
Piątek 4.01.2019 Kcal 951	Kawa na mleku 200ml / żyto, jęczmień/ chleb wielozłarnisty 40g, / mąka pszenna, jaja / masło 10g, ser żółty 30g ogórek kiszony 20g,	Kapuśniak z ziemniakami, pietruszką zieloną 250ml, /kapusta kiszona, mąka pszenna , marchew, seler , cebula, pietruszka, konc. pomidorowy, masło / Racuchy z jabłkami 150g /mąka pszenna, masło / kompot owocowy 200ml	Kisiel z owocami 150g chrupki kukurydziane 15g