



*Zdrowo jemy i rośniemy !*

## NASZ JADŁOSPIS

*03.07.2017 - 05.01.2018*

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
ŚNIADANIE I	ŚNIADANIE I	ŚNIADANIE I	ŚNIADANIE I	ŚNIADANIE I
<i>płatki owsiane na mleku pieczywo z pastą jajeczną papryką i szczypiorkiem herbata z miodem</i>	<i>płatki kukurydziane na mleku pieczywo mieszane z polędwicą drob. pomidorem i zieleniną herbata z miodem</i>	<i>makaron na mleku pieczywo mieszane z pastą rybną w pomidorach herbata z miodem</i>	<i>ryż na mleku pieczywo mieszane z polędwicą wp. z ogórkiem świeżym lub kiszonym herbata z miodem</i>	<i>kasza manna na mleku pieczywo mieszane z serkiem puszyst. z ziołami i pomidorem herbata z miodem</i>
ŚNIADANIE II	ŚNIADANIE II	ŚNIADANIE II	ŚNIADANIE II	ŚNIADANIE II
<i>sok owocowy lub owoce sezonowe</i>	<i>koktail z owocami na maśle</i>	<i>sok owocowy lub owoce sezonowe</i>	<i>sok warzywno-owocowy lub owoce sezonowe</i>	<i>sok owocowy lub owoce sezonowe</i>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
<i>zupa jarzynowa polędwiczki wp. pieczone w sosie lekko chrzanowym, buraczki tarte z jabłkiem kompot</i>	<i>zupa krem z selera z grzankami indyk z warzywami ryż gotowany brokuł na parze kompot</i>	<i>krupnik z kaszy jaglanej gulasz warzywny na szynce wp. "zielone" kluseczki ze szpinakiem kompot</i>	<i>zupa fasolkowa kolorowa pieczeń rzymska kasza jęczmienna sałatka z pomidorów z cebulką i jogurtem nat., kompot</i>	<i>barszcz ukraiński pulpety rybne w sosie ziołowym ziemniaki z koperkiem surówka z kapusty kiszonej kompot</i>
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK
<i>twarożek z jogurtem z naturalnym i amarantusem, chleb z masłem, herbata</i>	<i>biskopt pieczony z galaretką herbata, owoc sezonowy</i>	<i>budyń czekoladowy z musem wiśniowym biskopki kruche</i>	<i>kisiel z owocami ciasteczka zbożowe</i>	<i>mus jabłkowy z rodzynkami chleb pszenny z masłem, kawa zbożowa</i>

\* - do wyboru

tydzień 1

\*\* - jadłospis sporządzony w oparciu o normy Instytutu Żywności i Żywienia w Warszawie

Opracowała: St. Specjalista ds. Technologii Żywności  
mgr inż. Grażyna Kwiatkowska