

Jadłospis dekadowy od dnia 06.03.2019 r. do 15.03.2019 r.

Data	Śniadanie	g	II Śniadanie Dzieci	Obiad	g	Podwieczorek Dzieci	Kolacja	g
06.03.19 r. ŚRODA	Kasza manna na ml /1,7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Jajko /ogórek św D : Bułka paryska /1/ Pomidor V : Miód	350 100 15 2 szt 100 60 2 szt	Owoce	Zupa szpinakowa /1,7,9/ Ziemniaki Śledź w śmietanie /4,7/ D : Ryba w sosie greckim /1,4,9/	350 200 80/60 250	Serek homo /7/	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Ser top/ sałata /7/ D : Bułka paryska/1/ Twaróg /7/	250 100 15 50 100 80
07.03.19 r. CZWARTEK	Zacierka na ml /1,3,7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Pasztec/ogórek kisz D : Bułka paryska /1/ Szynkowa / pomidor	350 100 15 80 100 70	Drożdżówka /1,3,7/	Krupnik zabieleny /1,7,9/ Ziemniaki Kurczak gotowany /1/ Surówka z marchwi /7/	350 200 150/100 100	Owoce	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Śląska/ muszt /4/ D: Bułka paryska/1/ Parówka dr	250 100 15 100 100 100
08.03.19 r. PIĄTEK	Płatki owsiane na ml /1,7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Dżem Twaróg /7/ D : Bułka paryska /1/	350 100 15 30 80 100	Owoce	Barszcz czerwony /1,7,9/ Ziemniaki Zraz w sosie /1,3/ Sałata ze śmietaną /7/	350 200 80/100 1/8 szt	Serek grani /7/	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Piwna D: Bułka paryska/1/ Wędlina dr	250 100 15 70 100 70
09.03.19 r. SOBOTA	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Blok tyrolski D: Bułka paryska /1/	250 100 15 70 100	Sok pomidorowy	Zupa porowa /1,7,9/ Makaron /1,3/ Gulasz mięsno-jarzynowy /1,9/ C : Ziemniaki	350 200 250 200	Serek homo nat. /7/	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Jajko/ pomidor /3/ D: Bułka paryska/1/ V : Szynka got	250 100 15 2 szt 100 70
10.03.19 r. NIEDZIELA	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Toruńska/ muszt /4/ D : Bułka paryska /1/ Parówka dr	250 100 15 100 100 100	Owoce	Zupa wiejska /1,3,7,9/ Ziemniaki Pieczeń wieprzowa w sosie /1/ Surówka wielowarzywna /7,9/	350 200 60/100 100	Jogurt naturalny /7/	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Ser żółty/pomidor/7 D : Bułka paryska/1/ Twaróg /7/	250 100 15 60 100 80

STARSEV DIEDZIECZYK

05.03.19
Joanna Kwapisz

11.03.19 r. PONIEDZIAŁEK	Kasza manna na ml /1,7/ 350 Chleb zwykły /1/ 100 Masło naturalne /7/ 15 Szynkowa 70 D : Bułka paryska /1/ 100	Owoce	Zupa koperkowa /1,7,9/ 350 Ziemniaki 200 Bigos 250 D : Filet drobiowy w sosie jarzynowym /1,9/ 60/150	Ser grani /7/	Kawa ml /7/ 250 Chleb zwykły /1/ 100 Masło naturalne /1/ 15 Sałatka śledziowa /4,9/ 200 D :Bułka paryska/1/ 100 Wędlina dr 70
12.03.19 r. WTOREK	Makaron na ml /1,3,7/ 350 Chleb zwykły /1/ 100 Masło naturalne /7/ 15 Jajko / ogórek św /3/ 2 szt D : Bułka paryska /1/ 100 Pomidor 60 V : Połędwica sopock 70	Sok wielowarzywny	Zupa żurek /1,7,9/ 350 Kasza jęczmienna /1/ 200 Gulasz mięsny /1/ 200 Sałatka z buraczków 100 C : Buraczki z kapustą kiszoną 100	Owoce	Kawa ml /7/ 250 Chleb zwykły /1/ 100 Masło naturalne /7/ 15 Krakowska 70 D Bułka paryska/1/ 100 Połędwica dr 70
13.03.19 r. ŚRODA	Ryz na ml /7/ 350 Chleb zwykły /1/ 100 Masło naturalne /7/ 15 Ser topiony/sałata /7/ 50 D: Bułka paryska /1/ 100 Twaróg /7/ 80	Pieczywo ryżowe /1/	Zupa ogórkowa /1,7,9/ 350 Ziemniaki 200 Rumszyk gotowany /1/ 80/100 Surówka wielowarzywna /7,9/ 100 D : Zupa ziemniaczana /1,7,9/ 350	Serek homo nat /7/	Kawa ml /7/ 250 Chleb zwykły /1/ 100 Masło naturalne /7/ 15 Pasta z boczku 80 D :Bułka paryska/1/ 100 Pasta z kielbasy 70
14.03.19 r. CZWARTEK	Płatki owsiane na ml /1,7/ 350 Chleb zwykły /1/ 100 Masło naturalne /7/ 15 Blok tyrolski 70 D: Bułka paryska /1/ 100	Drożdżówka /1,3,7/	Pomidorowa z makaronem /1,3,7,9/ 350 Ziemniaki 200 Pieczeń z szynki /1/ 60/100 Sałata ze śmietaną /7/ 1/8 szt	Jogurt nat /7/	Kawa ml /7/ 250 Chleb zwykły /1/ 100 Masło naturalne /7/ 15 Jajko/ ogórek św /3/ 2 szt D: Bułka paryska/1/ 100 Pomidor 60 V : Szynka got 70
15.03.19 r. PIĄTEK	Zacierka na ml/ /1,3,7/ 350 Chleb zwykły /1/ 100 Masło naturalne /7/ 15 Pasta mięsna /9/ 70 /ogórek kiszony D: Bułka paryska /1/ 100 Pomidor 60	Sok pomidorowy	Zupa brokułowa /1,7,9/ 350 Ryż 200 Potrawka chińska /1,9/ 250 D : Potrawka drobiowa /1,9/ 250	Owoce	Kawa ml /7/ 250 Chleb zwykły /1/ 100 Masło naturalne /7/ 15 Ser żółty/pomidor/7 60 D: Bułka paryska/1/ 100 Twaróg /7/ 80

V : Dieta wątrobowa , trzustkowa

C : Dieta cukrzycowa

UWAGA : Jadłospis w ciągu dekady może ulec zmianie .

STAROSTA DIETETYK

05.03.19
Joanna Kwapisz