

Jadłospis dekadowy od dnia 10.01.2020 r. do 19.01.2020 r.

Data	Śniadanie	g	II Śniadanie Dzieci	Obiad	g	Podwieczorek Dzieci	Kolacja	g
10.01.20 r. PIĄTEK	Płatki owsy na ml /1,7//	350	Owoce	Barszcz czerwony /1,7,9// Ziemniaki	350 200	Serek homo /7//	Kawa ml /7// Chleb zwykły /1//	250 100
	Chleb zwykły /1//	100		Śledź w śmietanie /4,7//	80/60		Masło naturalne /7//	15
	Masło naturalne /7//	15		D : Pulpet rybny w sosie greckim /1,3,4,9//	80/150		Ser top/pomidor /7//	50
	Pieczeń rzym/ogórek /1//	70		Jabłko			D : Bułka paryska/1//	100
	D : Bułka paryska /1//	100					Twaróg /7//	80
V : Szynka got/pomid	70							
11.01.20 r. SOBOTA	Kawa ml /7//	250	Sok	Zupa brokułowa /1,3,7//	350	Jogurt	Herbata	250
	Chleb zwykły /1//	100	warzywny	Makaron /1,3//	200	naturalny /7//	Chleb zwykły /1//	100
	Masło naturalne /7//	15		Gulasz mięsno-jarzykowy /1,9//	250		Masło naturalne /7//	15
	Paszlet dr/ogórek kisz /1//	80		Jabłko			Jajko / satata /3//	2 szt
	D : Bułka paryska /1//	100					D : Bułka paryska/1//	100
Wędlina dr/pomidor	70					V : Szynka got	70	
12.01.20 r. NIEDZIELA	Kawa ml /7//	250	Owoce	Zupa ryżowa /7,9//	350	Serek grani	Herbata	250
	Chleb zwykły /1//	100		Ziemniaki	200	/7//	Chleb zwykły /1//	100
	Masło naturalne /7//	15		Pulpet w sosie /1,3//	80/100		Masło naturalne /7//	15
	Szynkowa/ogórek św /1//	70		Surówka wielowarzywna /7,9,10//	100		Ślaska/muszt /10//	100
	D : Bułka paryska /1//	100					D : Bułka paryska/1//	100
Pomidor						Parówka dr	100	
							Pomidor	
13.01.20 r. PONIEDZIAŁEK	Zacierka na ml /1,3,7//	350	Pieczynwo ryżowe	Zupa szpinakowa /1,7,9//	350	Owoce	Kawa ml /7//	250
	Chleb zwykły /1//	100		Ziemniaki	200		Chleb zwykły /1//	100
	Masło naturalne /7//	15		Pieczeń z karkówki /1//	60/100		Masło naturalne /7//	15
	Ser żółty/papryka /7//	60		Surówka z kapusty białej /10//	100		Pivna/ogórek kisz /7//	70
	D : Bułka paryska /1//	100		D : Pieczeń z łopatki /1//	60/100		D : Bułka paryska/1//	100
Twaróg/pomidor /7//	80					Wędlina dr/pomidor	70	
14.01.20 r WTOREK	Płatki owsy na ml /1,7//	350	Owoce	Zupa koperkowa /1,3,9//	350	Jogurt	Kawa ml /7//	250
	Chleb zwykły /1//	100		Ziemniaki	200	naturalny /7//	Chleb zwykły /1//	100
	Masło naturalne /7//	15		Kotlet mięsno-ryżowy /1//	80		Masło naturalne /7//	15
	Pasta z jajka /3//	70		Brukselka	100		Salceson/muszt /10//	80
	/ ogórek św			D Pulpet mięsno-ryżowy w sosie jarzynowym /1,3,9//	80/150		/ satata	
D : Bułka paryska	100					D : Bułka paryska/1//	100	
V : Szynka got/pomido	70					Poledwica		

ST
0301.20 r
JK

15.01.20 r ŚRODA	Kasza manna na ml /1,7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Szynkowa/papryka D : Bułka paryska /1/ Pomidor	350 100 15 70 100	Owoce	Pomidorowa z makaronem/ /1,3,7,9/ Ziemniaki Kurczak gotowany Sałata ze śmietaną	350 200 150/100 1/8 szt	Ser grani /7	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Pasta z twarogu i ryby wędzonej/ogórek/4,4/ D :Bułka paryska/1/ Twaróg/pomid. /7/ Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Parówka/muszt D :Bułka paryska/1/ Ślaska dr Salata	250 100 15 80 100 80
16.01.20 r. CZWARTEK	Ryż na ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Pieczeń rzymska / ogórek św D : Bułka paryska /1/ V : Szynka / pomidor	350 100 15 70 100 70	Drożdżówka	Zupa z soczewicy /1,7,9/ Ziemniaki Boeuf strogonow /1/ D : Gulasz wołowy w jarzynach /1,9/ Jabłko	350 200 250 250	Owoce	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Parówka/muszt D : Bułka paryska/1/ Ślaska dr Salata	250 100 15 100 100 100
17.01.20 r PIĄTEK	Makaron na ml /1,3,7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Jajko/papryka /3/ D : Bułka paryska /1/ V Poledwica/pomidor	350 100 15 2 szt 100 70	Owoce	Krupnik zabieliany /1,7,9/ Ziemniaki Ryba smazona /1,4/ Surówka z kapusty czerwonej D : Ryba w sosie greckim/ 1,4,9/ C : Surówka z kapusty czerwonej	350 200 90 100 250 100	Serek homo nat /7/ Owoce	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Krakowska/pomido D :Bułka paryska/1/ Wędlina dr/ Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Paszetowa/ogórek D : Bułka paryska/1/ Szynkowa/pomidor	250 100 15 70 100 70
18.01.20 r. SOBOTA	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Ser top / sałata /7/ D : Bułka paryska /1/ Twaróg /7/ Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Ślaska/muszt /10/ D : Bułka paryska /1/ Parówka dr Jabłko	250 100 15 50 100 80 250 100 15 100 100 100	Ser grani	Zupa porowa /1,7,9/ Ziemniaki Zraz w sosie /1,3/ Sałata z buraczków C : Kalafior gotowany	350 200 80/100 100 100	Owoce	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Mielonka dr /pomidor D : Bułka paryska/1/ Sok pomidorowy	250 100 15 70
19.01.20 r. NIEDZIELA	Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Ślaska/muszt /10/ D : Bułka paryska /1/ Parówka dr Jabłko	250 100 15 100 100 100	Owoce	Zupa wiejska /1,3,7/ Kasza gryczana /1/ Pieczeń z łopatką /1/ Sałata ze śmietaną /7/ Zupa /7/ Kawa ml /7/ Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Ślaska/muszt /10/ D : Bułka paryska /1/ Parówka dr Jabłko	350 200 60/100 1/8 szt	Sok pomidorowy	Herbata Chleb zwykły /1/ Masło naturalne /7/ Mielonka dr /pomidor D : Bułka paryska/1/ Sok pomidorowy	250 100 15 70

V : Dieta wątrobowa , trzustkowa

C : Dieta cukrzycowa

UWAGA : Jadłospis w ciągu dekady może ulec zmianie .

STANOWISKO
OPINIA

Journalistka