



JADŁOSPIS NA LUTY 2019r.

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 04.02	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Polędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ Papryka 15g, Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g 415 kcal	Zupa Krupnik 300g, Spaghetti bolognese 200g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 660 kcal	Jogurt owocowy. 188 kcal	1263 kcal
Wtorek 05.02	Musli na mleku 250 g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szynka drobiowa 15g, twarożek ze szczypiorkiem , Pomidor , ogórek kiszony 15g , Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, 400 kcal	Zupa owocowa z makaronem 300g, Klopsy w sosie koperkowym 60g, ziemniaki puree 120g, Surówka kolorowa z pekinki 50g kompot wieloowocowy 150 g Woda mineralna 640 kcal	Mandarynki 189 kcal	1229 kcal
Środa 06.02	Zupa Mleczna 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Ser żółty 15g, Serek topiony , ogórek świeży 15g, Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, oliwki 5g 420 kcal	Zupa Kartoflanka z koperkiem 300g, Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 200g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 645 kcal	Chałka z masłem i powidłami śliwkowymi , Herbatka malinowa 204 kcal	1269 kcal
Czwartek 07.02	Kakao 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Parówka z szynki 15g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ogórek korniszony Papryka świeża 15g, oliwki zielone 5g, ketchup 415 kcal	Zupa Grochówka 300g, Kotlet jajeczny 60g, ziemniaki puree 120g, marchewka z groszkiem 50g kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 620 kcal	Budyń śmietankowy 210 kcal	1245 kcal
Piątek 08.02	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, ser żółty 15g, Sałatka makaronowa z kurczakiem 50g , Pomidor 15g, ogórek korniszon 15g, Ogórek kiszony 15g 430 kcal	Zupa Rosół z ryżem 300g, Paluszki rybne 60g, ziemniaki puree 120g , surówka z kapusty kiszonej 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 620 kcal	Banan 1 szt. 179 kcal	1229 kcal

Menu zatwierdzone przez **mgr. Katarzynę Homme**

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 11.02	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka bosmana 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, Rzodkiewka , Dżem truskawkowy nisko słodzony 15g 390 kcal	Zupa Żurek 300g, Makaron w śniegu (świderki z twarogiem i śmietanką), kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 665 kcal	Jogurt owocowy , 190 kcal	1245 kcal
Wtorek 12.02	Kakao 200g, Herbata z cytryną, pieczywo 50g, masło 10g, Ser żółty 10g, Szyńka z beczki 3g, Pomidor/Ogórek 30g ,Papryka świeża , Miód 450 kcal	Zupa Fasolowa 300g, Ryba Tilapia w panierce 60 g ,ziemniaki purre , sos koperkowy 120g ,surówka z kapusty świeżej 50g Kompot śliwkowy 150g Woda mineralna 630 kcal	Jabłko wafelek śmietankowy 148 kcal	1228 kcal
Środa 13.02	Kaszka manna na mleku 250g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa 15g, Jajko z majonezem , ogórek kiszony i świeży 15g, Rzodkiewka/Papryka świeża 15g 460 kcal	Zupa Ogórkowa 300g, Naleśniki z musem truskawkowym i twarogiem waniliowym 200 g, kompot z aronii i truskawki 150g Woda mineralna 640 kcal	Bagietka z masłem i pasztetem , Herbata owocowa 150 kcal	1250 kcal
Czwartek 14.02	Patki kukurydziane na mleku 250 g, Herbata, Pieczywo pszenne 50g, masło 10g, Polędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g, pomidor/rzodkiewka 15g, Dżem truskawkowy 15g 415 kcal	Zupa Kapuśniaczek 300g Gulasz z indyka z warzywami 60g,ziemniaki z koperkiem 120g,surówka Buraczki domowe 50g Kompot z aronii 150g Woda mineralna 640 kcal	Gofry z cukrem pudrem Herbata z cytrynką 243 kcal	1343 kcal
Piątek 15.02	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Ser żółty , sałatka jarzynowa 15g, Pomidor 15g, ogórek korniszon 15g, Papryka czerwona , rzodkiewka ze szczypiorkiem 430 kcal	Zupa Pomidorowa z ryżem 300g, Łazanki 200g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 620 kcal	Grzesiek 177 kcal	1227 kcal

Menu zatwierdzone przez *mgr. Katarzynę Homme*

Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 18.02	Mleko 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa 15g , Pomidor , ogórek kiszony 15g , Rzodkiewka /Papryka świeża 15g, Miód 15g 390 kcal	Zupa Kalafiorowa 300g, Potrawka z kurczaka z warzywami 60g Ryż 120g, Surówka z pekinki kolorowa 50g, Kompot śliwkowy 150g Woda mineralna 660 kcal	Jogurt owocowy 189 kcal	1239 kcal
Wtorek 19.02	Mleczna z makaronem 200g, Herbata , Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka z beczki / Ser żółty 15g, , ogórek świeży 15g, Rzodkiewka /Papryka czerwona świeża 15g, oliwki 5g 420 kcal	Zupa Barszcz biały 300g, Pierogi leniwe z masłem i bułką tartą 200g Sok pomarańczowy 150g Woda mineralna 665 kcal	Budyń śmietankowy , 204 kcal	1289 kcal
Środa 20.02	Musli na mleku 200g, Herbata , Pieczywo 50g, masło 10g, Kurczak złocisty 15g, Pomidor /Ogórek świeży 15g, , twarożek ze szypiorkiem , marchewka słupek 20g, oliwki czarne 400kcal	Zupa Barszcz ukraiński 300g, Bitki w sosie własnym 60 g , Kasza 120 g , surówka Sałata w śmietanie 50g Kompot śliwkowy 150g Woda mineralna 665 kcal	Gruszka 159 kcal	1224 kcal
Czwartek 21.02	Kakao 200 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g , masło 10g, Parówka z szynki 15g, Ogórek kiszony 15g, Pomidor/ogórek korniszony Papryka świeża 15g, oliwki zielone 5g, ketchup 415 kcal	Zupa z kapusty włoskiej 300g, Ryż z jabłkami i cynamonem 200g kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 620 kcal	Babka cytrynowa, herbatka malinowa 188 kcal	1223 kcal
Piątek 22.02	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Pasztet delikatesowy , Sałatka makaronowo-serowa , Pomidor 15g, Ogórek świeży/ rzodkiewka 15g 390 kcal	Zupa z pora z kaszą kus-kus 300g, Paluszki rybne 60g , ziemniaki purre 120g , surówka "3 ogórki " 50g Kompot z wiśni i truskawek 150g Woda mineralna 630 kcal	Banan , 182 kcal	1202 Kcal

Menu zatwierdzone przez *mgr. Katarzynę Homme*

data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Razem
Poniedziałek 25.02	Mleko 200g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka bosmana 15g, pomidor/ ogórek na sałacie ze szczypiorkiem 30g, Miód 15g 390 kcal	Zupa Ogórkowa 300g Spaghetti carbonarra 160g , Surówka z kapusty białej 50g, kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 660 kcal	Jogurt owocowy 186 kcal	1236 kcal
Wtorek 26.02	Ryż na mleku 250g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa 15g, Jajko z majonezem , ogórek kiszony 15g, Rzodkiewka/Papryka świeża 15g 430 kcal	Zupa Pieczarkowa 300g, Udka z kurczaka w sosie własnym 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z marchewki i pomarańczy 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 650 kcal	Jabłko , mix ciasteczek 180 kcal	1260 kcal
Środa 27.02	Musli na mleku 250 g, Herbata, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, Polędwica królewska 15g, Ogórek kiszony 15g, pomidor pomidor/rzodkiewka 15g, 15g 415 kcal	Zupa Kapuśniak 300g, Naleśniki z twarogiem i dżemem truskawkowym 200g . kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 640 kcal	Bułeczka z masłem i szynką Herbatka owocowa 172 kcal	1227 kcal
Czwartek 28.02	Mleczna z zacierkami 250 g, Herbata, Pieczywo pszenne 50g, masło 10g, Szyńka drobiowa 15g, Ogórek kiszony 15g, Serek Topiony pomidor/rzodkiewka 15g, Miód 15g 415 kcal	Zupa Jarzynowa 300g, Kotlet schabowy 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, marchewka z groszkiem 50g, Kompot z aronii 150g Woda mineralna 640 kcal	Kisiel owocowy ,chrupki kukurydziane 167 kcal	1222 kcal
Piątek 01.03	Kawa Inka z mlekiem 200g, Herbata z cytryną, Pieczywo mieszane 50g, masło 10g, 15g, ser żółty 15g, Sałatka Jarzynowa 80g ,Pomidor 15g, ogórek korniszon 15g, Ogórek świeży 400 kcal	Zupa Rosół z makaronem 300g, Ryba tilapia zapiekana w warzywach 60g ,ziemniaki z koperkiem 120g , surówka z kapusty kiszanej 50g Kompot wieloowocowy 150g Woda mineralna 650 kcal	Mandarynki 187 kcal	1207 kcal

Menu zatwierdzone przez *mgr. Katarzynę Homme*

