

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

31.10.2016

Śniadanie	Herbata z cytryną, pieczywo, masło, pasztet z drobiu, ogórek kiszony, Sok jabłkowy 100%
Obiad	Z. z fasolki szparagowej z ziemniakiem, paprykarz drobiowy, ryż, ogórek kiszony, kompot owocowy. (marchew, pietruszka, SELER<cebula, filet z indyka, olej, przyprawy, ŚMIETANA 12%, MAŁA PSZENNA, JOGURT NATURALNY<)
Podwieczorek	Bułka, masło, serek topiony, jabłko, herbata miętowa z miodem,

Środa

02.11.2016

Śniadanie	Herbata z cytryną, pieczywo mieszane, masło, pasta jajeczna z szczypiorkiem, banan. (chleb z ziarnami, JAJA, szczypiorek)
Obiad	Z. brokułowa z grzankami, łazanki z mięsem i wędliną, kompot owocowy. (Kurczak, MAKARON, kapusta kiszona, marchew, pietruszka, SELER<ŚMIETANA 18%, masło, bułka kanapkowa, cebula, olej.)
Podwieczorek	Buchta masło, herbata z cytryną, marchewka surowa w paseczki.

Czwartek

03.11.2016

Śniadanie	Herbata owocowa, pieczywo mieszane, masło, szynka wieprzowa, pomidor, serek Almette, mandarynka.
Obiad	Z. kalafiorowa z makaronem, pieczeń z indyka, sałata zielona z jogurtem, ziemniak, kompot owocowy. (Porcja rosółowa, marchew, pietruszka, SELER, ŚMIETANA 18%, MAŁA PSZENNA, olej, przyprawy, JOGURT NATURALNY, sałata zielona, ziemniak, szczypior.)
Podwieczorek	Budyń + nasiona słonecznika. MLEKO,

Piątek

04.11.2016

Śniadanie	Z. mleczna z płatkami owsianymi, pieczywo, masło, pasta z soczewicy, ser żółty, ogórek, herbata z cytryną. (MLEKO<soczewica czerwona.)
Obiad	Z. krupnik z kurczakiem, placki ziemniaczane, jogurt naturalny, kompot owocowy. (kasza mazurska, kurczak, ŚMIETANA 18%, olej, cebula, JAJA, MAŁA PSZENNA, czosnek, JOGURT NATURALNY.)
Podwieczorek	Pieczywo, masło pasztet z drobiu, jabłko, herbata miętowa z miodem,