

Jadłospis - dieta Podstawowa

Poniedziałek

22.01.2018

Śniadanie	bułka, pasta rybna, ogórek kiszony, papryka czerwona, herbata,
Obiad	jabłko, żurek z ziemniakami zabieleny, makaron gulaszowy, /makaron razowy pene, sos pomidorowo-cebulowy, frankfurterki/, kompot agrestowy,
Podwieczorek	manna z cukrem trzcinowym i kakao.

Wtorek

23.01.2018

Śniadanie	zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, chleb graham, masło, dżem bez dodatku cukru, herbata, ogórek zielony,
Obiad	zupa marchewkowa krem z ryżem, kotlet schabowy, ziemniaki, kapusta kiszona oprószana, woda źródlana,
Podwieczorek	kisiel, mandarynka.

Środa

24.01.2018

Śniadanie	dzieci same robią kanapki: chleb orkiszowy, masło, plastry białego sera, kielbasa żywiecka, sałata rzymska, kiełki, papryka żółta, ogórek kiszony, kawa z mlekiem,
Obiad	pomarańcze, rosół drobiowy z makaronem koraliki, ryż naturalny, potrawka z kurczaka z warzywami, kompot wiśniowy,
Podwieczorek	bułka Małgorzatka zapiekana z tartym serem, pomidorki koktajlowe, herbata.

Czwartek

25.01.2018

Śniadanie	płatki owsiane na mleku, chleb graham, masło, pomidor, szczypiorek, herbata,
Obiad	jabłko, zupa szpinakowa z jajkiem, pieczone udźce indyka, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej, lemoniada z miodem i limonką,
Podwieczorek	ciasto /wypiek własny/, herbata.

Piątek

26.01.2018

Śniadanie	jajecznica ze szczypiorkiem, chleb zwykły z masłem, bawarka,
Obiad	kalarepka, papryka, zupa jarzynowo-rybna, racuchy z jabłkami, kompot śliwkowy,
Podwieczorek	surówka z marchewki i ananasa, biszkopty.