**Jadłospis**

**19.08-23.08.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Posiłek** | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
|  | **Chleb biały, graham**  **Masło/gluten/** **jajo,** sałata, ogórek zielony szczypior, pomidor /50/  Herbata z cytryną /250/,  **Mleko** /150/ | **Pieczywo mieszane**  **/gluten/,**  **Masło**  **Twaróg** /30/ rzodkiewka,  szczypior miód  rumianek z miodem /250/ | **Chleb biały, graham /gluten/ masło, pasztet /gorczyca/**  /25/ ogórek kiszony,  Herbata owocowa /250/  Kawa **zbożowa /gluten/ z mlekiem** /150/ | **Chleb biały, graham/gluten/ masło, jajo,** sałata ogórek zielony, szczypior  herbata z  cytryną /200/  kakao z **mlekiem** /150/ | **Weki /gluten/, masło , ser ,** sałata,  szczypior, rzodkiewka  /40/, dżem,  Herbata owocowa /250/ |
| **Obiad**  **kcal** | **Zupa pomidorowa zabielana z makaronem /250/ /seler, mleko, gluten, jajo/** /250/  **Makaron /gluten/ z masłem, serem,** cukrem /220/  śliwka  Kompot/200/  520 | **Zupa ryżowa /250/ /gluten/**  **Kotlet drobiowy /70/ /gluten, jajo/**  ziemniaki/100/  mizeria z ogórków, **jogurtu,** koperek/80/  Kompot /200/  490 | **Zupa grysikowa**  **/seler /** /250/  **Zapiekanka ziemniaczana z jajem, mięsem, serem** /250/  marchewka /50/  kompot /200/  500 | **Zupa jarzynowa /seler/ /**250/  Gulasz wieprzowy /150/,  **Kasza jęczmienna**  **/gluten/**  Ogórek kiszony /50/  Kompot /200/  510 | **Barszcz z ziemniakami /250/ / seler/**  Kotlety z **ryby-dorsz atlantycki** /70/  /**gluten, jajo/**  Ziemniaki /100/  Surówka z kapusty kiszonej z marchewką /60/  520 |
| **Podwieczorek** | Kisiel truskawkowy /180/, paluch kukurydziany | **Weki, masło**,**/gluten/** pieczeń drobiowa /25/, sałata, pomidor, herbata owocowa/200/ | Płatki owsiane z **mlekiem,** owoc | Kakao **z mlekiem**  **Ciastko**  **/gluten, jajo, mleko/, jabłko** | Arbuz,  wafla ryżowa |

**Podstawą zup są wywary mięsno-warzywne (udka z kurczaka, mięso indycze, wołowina)**

**oraz świeże warzywa (marchew, seler, pietruszka, por). Zastrzegamy sobie prawo do modyfikacji jadłospisów.**