

Jadłospis 30.09-4.10.2024 (tydzień 1d)

	Śniadanie	II śniadanie*	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
PN	płatki kukurydziane na mleku / płatki owsiane na mleku owsianym (220 ml), pieczywo* (25 g), masło (10 g), wędlina (10-15 g), świeże warzywa* (20-30 g), herbata* BG/BM/BJ - pieczywo, wędlina, warzywa, płatki owsiane na mleku owsianym, WEGE -płatki kukurydziane , wege wędlina	owoc/mus/warzywo*	Kalafiorowa / zupka przecierana (200 ml)	spaghetti (100/120 g) z wieprzowym (90/100 g) sosem bolońskim z oregano i pomidorami pelatti z serem mozzarella kompot wieloowocowy (200 ml) BG/BM/BJ - spaghetti wieprzowe z sosem bolońskim z oregano i pomidorami pelatti WEGE - spaghetti neapolitańskie	bułeczka wrocławska z serkiem waniliowym BG/BM/BJ – pieczywo bg, dżem WEGE – bułeczka z serkiem waniliowym
WT	pieczywo* (50 g), wędlina (10-15 g) serek śmietankowy (10-15 g), masło (10 g), świeże warzywa*(20-30 g), kawa inka na mleku* BG/BM/BJ - pieczywo, wędlina, warzywa WEGE - serek śmietankowy, wege wędlina	owoc/mus/warzywo*	kapuśniak z białej kapusty z koperkiem / zupka przecierana	sznycelek drobiowy z pary (70-90 g) ryż basmati (80-100 g) surówka z marchewki, jabłka i pora / warzywo z pary (50-60 g) kompot z czarnej porzeczki z rabarbarem (200 ml) BG/BM/BJ - nuggetsy z piersi kurczaka, ryż, surówka WEGE - kotlet z cieciorci	koktajl jogurtowo – owocowy do picia, biszkopty BG/BM/BJ – wafel ryżowy, koktajl owocowy do picia WEGE –koktajl jogurtowo - owocowy, biszkopty
ŚR	kasza manna na mleku, pieczywo* (50 g), masło, szynka drobiowa (10-15 g) świeże warzywa (20-30 g), herbata* BG/BM/BJ - jaglanka na mleku owsianym, pieczywo, warzywa, wędlina WEGE - kasza manna na mleku, wege wędlina	owoc/mus/warzywo*	krupnik z kaszą jaglaną z natką pietruszki / zupka przecierana	gołąbki kłamczuszki w sosie pomidorowym (bez zawijania w kapustę) (70-90 g) kasza bulgur (100-120 g) surówka z ogórka kiszzonego z cebulką i papryką / warzywo z pary (50-60 g) kompot wiśniowy (200 ml) BG/BM/BJ –gołąbki, kasza, surówka WEGE - kotlet jajeczny	wafle ryżowe, czeko śliwka BG/BM/BJ – wafle ryżowe, powidła śliwkowe WEGE - wafle ryżowe, czeko śliwka
CZ W	płatki jęczmienne na mleku (220) pieczywo* (30 g), masło (10 g), wędlina, świeże warzywa* (20-30 g), herbata* BG/BM/BJ - płatki jęczmienne na mleku owsianym, pieczywo, wędlina, warzywa WEGE -płatki jęczmienne, ser żółty	owoc/mus/warzywo*	rosół z makaronem / zupka przecierana	kotlet pożarski drobiowy pieczony (70-90 g) ziemniaki z koperkiem (80-100 g) warzywa pieczone w słupkach (50-60 g) kompot truskawkowy BG/BM/BJ – kotlet drobiowy, ziemniaki, warzywa pieczone WEGE - kotlet brokułowy z serem feta i płatkami migdałowymi	ciasto marchewkowe BG/BM/BJ – ciasto WEGE – ciasto
PT	pieczywo*(50 g), masło (10 g), (15-20 g), wędlina (10-15 g), twarożek ziołowy (20-30 g) (10-15 g), świeże warzywa* (20-30 g), kakao BG/BM/BJ - pieczywo, wędlina, warzywa WEGE -wege wędlina, twarożek	owoc/mus/warzywo*	zupa minestrone / zupka przecierana	racuszki drożdżowe z jabłkiem (70-90 g) brzoskwinia z syropu (100-120 g) kompot wiśniowy BG/BM/BJ – ryż z jabłkiem i cynamonem WEGE - racuszki drożdżowe z jabłkiem	kanapka z wędliną i warzywami BG/BM/BJ – kanapka z wędliną WEGE –kanapka z wege wędliną i warzywami

* pieczywo (pszenne, razowe, wieloziarniste itp.); świeże warzywa (ogórek, pomidor, papryka, kalarepka itp.); herbata (owoce leśne, malina itp.);

* owoc (jabłko, gruszka, banan, owoce sezonowe itp.)