JADŁOSPIS BEZMLECZNY 31.01.-04.02.2022

PONIEDZIAŁEK

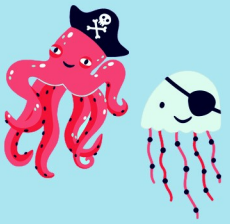
Śniadanie	Drugie śniadanie	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Pieczywo mieszane (1) 50 g Masło roślinne 10g Pasta z soczewicy 40g (7) Ogórek 20 g Kawa zbożowa z mlekiem owsianym (1) 200g	Owoc sezonowy 1 szt./100g	Zupa pomidorowa z ryżem (9) 250ml	Makaron z brokułem mięsem mieszanym w sosie śmietaną sojową (1,3,6)260g Woda źródlana 200ml	Budyń waniliowy na mleku owsianym 150 ml

WTOREK

Śniadanie	Drugie śniadanie	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Płatki ryżowe na mleku owsianym (1) 250ml Pieczywo mieszane (1) 30 g Masło roślinne 10g Pasta z jajka 20g Pomidor 20g Herbata z rumianku 200g	Owoc sezonowy 1 szt./100g	Zupa żurek z ziemniakami i majerankiem (1,9) 250ml	Kasza gryczana 100 g Gulasz wieprzowy (1,9) 70/ 50 g Buraczki tarte 80 g Woda źródlana 200ml	Jabłko z cynamonem zapiekane pod kruszonką bezmleczną 1 porcja – wyrób własny (1)

ŚRODA

Śniadanie	Drugie śniadanie	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Pieczywo mieszane (1) 50g Masło roślinne 10g Pasta mięsno-warzywna (9) 40g Papryka 20 g Kawa na mleku owsianym (1) 200g	Owoc sezonowy 1 szt./100g	Zupa grysikowa z natką pietruszki (1,9) 250ml	Pierogi z kaszy jaglanej - bezmleczne (1,3) 200 g/5 g Surówka z tartej marchewki i kawałkami ananasa 80 g Woda źródlana 200 ml	Mus owocowy 150 g



CZWARTEK

Śniadanie	Drugie śniadanie	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Kasza jaglana na mleku owsianym 250ml Pieczywo mieszane (1) 30 g Masło roślinne 10g Szynka pieczona w ziołach - wyrób własny 20g Ogórek kiszony (10) 20g Herbata z hibiskusa 200g	Owoc sezonowy 1 szt./100g	Zupa krem z ziemniaka i pora posypana słonecznikiem (1,9) 200ml	Ryż paraboliczny 100 g Medaliony wieprzowe w sosie koperkowym bezmlecznym (1) 70g/50 g Bukiet warzyw polany oliwą 80 g	Galaretka owocowa 150 g

PIĄTEK

Śniadanie	Drugie śniadanie	Zupa	Drugie danie	Podwieczorek
Pieczywo mieszane (1) 50 g Masło roślinne 10g Jajecznica ze szczypiorkiem na oleju rzepakowym (3) 40g Sałata 15g Kakao na mleku owsianym 200ml	Owoc sezonowy 1 szt./100g	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem z drobnym makaronem (1,3,9) 250 ml	Ziemniaki 130 g Ryba mintaj w sosie greckim z warzywami korzennymi (1,3,9) 70g/90 g Woda źródlana 200 ml	Bułka kajzerka z pastą z fasoli z jabłkiem i cebulką (1)