**Jadłospis 15 – 19 styczeń **2024**

**Zima w Mieście**

***Poniedziałek 15/01/2024***

**Śniadanie:** Bułka kajzerka (100g), szynka bankietowa (80g), dżem (50g), masło (20g), sałata, papryka, herbata z cytryną, jabłko, woda 500 ml
**Obiad:** Zupa brokułowa, pałki z kurczaka (150 g), ryż, (100 g), surówka z kapusty pekińskiej,
kompot wieloowocowy, woda z cytryną i miętą, mandarynka.
**Podwieczorek:** sok Tymbark (100 ml) i ciastko Lubiś (30g)

***Wtorek 16/01/2024***

**Śniadanie:** Bułka grahamka (100g), dżem (50g), ser żółty (50g), masło (20g), ogórek kwaszony,
herbata z miodem, mandarynka, woda 500 ml.
**Obiad**, Zupa krupnik, kotlet schabowy (120 g), ziemniaki (100g), buraczki zasmażane
kompot śliwkowy, woda z cytryną i miętą, banan
**Podwieczorek:** muffinka owocowa (80g)

***Środa 17/01/2024***

**Śniadanie:** Bułka paryska, chleb pszenny (100g), serek waniliowy (150 g), dżem (50g), ser żółty (50g),
masło (20g), herbata z miodem i cytryną, banan, woda 500 ml
**Obiad:** Zupa jarzynowa, spaghetti z mięsem i sosem pomidorowym (250 g), ogórek kwaszony,
kompot agrestowy, woda z cytryną i miętą, jabłko.
**Podwieczorek:** mus owocowy (100 ml) i herbatniki maślane

***Czwartek 18/01/2024***

**Śniadanie:** Chałka, chleb pszenny (100g), polędwica (80g), dżem (50g), ser żółty (50g), masło (20g),
sałata, ogórek, herbata z miodem, jabłko, woda 500 ml
**Obiad:** Zupa pomidorowa, kotlet mielony (100 g), ziemniaki (120 g), warzywa na parze,
kompot porzeczkowy, woda z cytryną i miętą, gruszka.
**Podwieczorek:** Actimel i drożdżówka z budyniem (80 g)

***Piątek 19/01/2024***

**Śniadanie:** Bułka paryska (100g), pasta jajeczna (100 g), dżem (50g), ser żółty (50g), masło (20g),
papryka, herbata z cytryną i miodem, gruszka, woda 500 ml
**Obiad:** Barszcz ukraiński, placki ziemniaczane ze śmietaną,
kompot wieloowocowy, woda z cytryną i miętą, banan.
**Podwieczorek:** ciastka owsiane (100g)