Jadłospis **Od 02 do 05 stycznia 2024**

***Wtorek 02/01/2024***

**Śniadanie:** Bułka paryska (100g), dżem (50g), parówki z szynki (80g), masło (20g), sałata,   
pomidor koktajlowy, kakao na mleku, herbata z miodem (200 ml), jabłko.   
**Obiad:**, Zupa krupnik, makaron z truskawkami i śmietaną,  
kompot wieloowocowy, woda z cytryną i miętą, gruszka .   
**Podwieczorek:** herbatniki maślane (50 g)

***Środa 03/01/2024***

**Śniadanie:** Bułka grahamka (100g), pasta jajeczna (50g), dżem (50g), ser żółty (50g), masło (20g),   
sałata, papryka, herbata z cytryną, gruszka.   
**Obiad:** Zupa pomidorowa, pałki z kurczaka, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej,  
 kompot śliwkowy, woda z cytryną i miętą, mandarynka  
**Podwieczorek:** Actimel

***Czwartek 04/01/2024***

**Śniadanie:** Chleb pszenny (100g), szynka (80g), dżem (50g), ser żółty (50g), masło (20g), sałata, ogórek, kakao na mleku, herbata z miodem (200 ml), mandarynka.   
**Obiad:** Zupa ogórkowa, gulasz wieprzowy (100 g) kasza gryczana (120 g), surówka z białej kapusty,   
kompot porzeczkowy, woda z cytryną i miętą, banan.   
**Podwieczorek:** jogurt owocowy Jogobella (150 g).

***Piątek 05/01/2024***

**Śniadanie:** Bułka paryska (100g), twaróg ze szczypiorkiem, dżem (50g), ser żółty (50g),   
masło (20g), sałata, papryka, herbata z miodem, banan.   
**Obiad:** Zupa kapuśniak, placki ziemniaczane, kompot agrestowy,   
woda z cytryną i miętą, jabłko.   
**Podwieczorek:** ciastka Belvita.