



Jadłospis 30.01-3.02.2023 (tydzień 1b)

poniedziałek 30.01.2023

zupa kalafiorowa (250/330 g)
makaron spaghetti (120/140 g) z wieprzowo-indycznym sosem bolońskim z oregano i pomidorami pelatti z serem mozzarella (120/140 g)
owoc
kompot wieloowocowy

wtorek 31.02.2023

kapuśniak na wędzonce
nuggetsy drobiowe w panierce kukurydzianej (90/110 g)
ryż basmati (120/140 g)
surówka z marchewki, jabłka i pora (50/70 g)
kompot z czarnej porzeczki z rabarbarem

środa 1.02.2023

krupnik z kaszą perłową z natką pietruszki (250/330 g)
bitka schabowa w sosie (90/110 g)
ziemniaki puree (120/140 g)
ogórek kiszony w plasterkach (50/70 g)
kompot wiśniowy

czwartek 2.02.2023

rosół (250/330 g) z makaronem (80/100 g)
kotlet pożarski drobiowy (90/110 g)
kasza bulgur (80/110 g)
warzywa pieczone w słupkach (50/70 g)
kompot truskawkowy

piątek 3.02.2023

zupa krem z białych warzyw z grzankami (250/330 g)
racuszki drożdżowe z jabłkiem, brzoskwinia z syropu (4/5 szt.)
lub dorsz w panierce z płatkami migdałowymi (80/100 g)
ziemniaki puree (80/110 g)
surówka z kiszonej kapusty (50/70 g)
kompot wieloowocowy



Jadłospis 6-10.02.2023 (tydzień 2b)

poniedziałek 6.02.2023

zupa koperkowa (250/330 g)
pierogi z serem i sosem jogurtowym (4/5 szt.)
owoc
kompot wieloowocowy

wtorek 7.02.2023

zupa krem z soczewicy czerwonej z mlekiem kokosowym i świeżą natką pietruszki
(250/330 g)
udziki drobiowe pieczone z majerankiem i słodką papryką (1 szt.)
ryż biały długoziarnisty (80/110 g)
duszona marchewka z groszkiem (50/70 g)
kompot z czarnej porzeczki z rabarbarem

środa 8.02.2023

zupa ogórkowa (250/330 g)
gołąbki kłamczuszki w sosie pomidorowym z bazylią (80/100 g)
kasza gryczana biała (80/110 g)
surówka grecka z sosem winegret (50-70 g)
kompot wiśniowy

czwartek 9.02.2023

pomidorowa (250/330 g) z ryżem (80/100 g)
gulasz wieprzowy z szynki (120/140 g)
kopytka (110/130 g)
brokuł z wody (50/70 g)
kompot truskawkowy

piątek 10.02.2023

kremowa kalafiorowa (250/330 g)
miruna w jaglano - kukurydzianej panierce (80/100 g) **lub** sznycelek z piersi kurczaka
w płatkach kukurydzianych (80/100 g)
ziemniaki puree (120/140 g)
surówka z białej kapusty (50/70 g)
kompot wieloowocowy