**JADŁOSPIS 30.09-04.10.2024r.**

PONIEDZIAŁEK

Śniadanie=> sałatka jarzynowa, parówka (1 sztuka), ketchup, ogórek zielony, pieczywo, herbata z cytryną

Drugie=> banan

Obiad=> koperkowa z ryżem, makaron z sosem szpinakowym, surówka z kapusty, kompot

Podwieczorek=> jogurt naturalny, granola własnego wypieku, marchewka kawałki

WTOREK

Śniadanie=> jajko, sos majonezowy, sałatka z pomidora i ogórka, masło, kiełki, kajzerka, kakao

Drugie=> kawałki pomarańczy

Obiad=> zupa fasolowa z makaronem, pulpety drobiowe w sosie koperkowym , kasza, surówka z kapusty pekińskiej, kompot

Podwieczorek=> pieczone jabłko z żurawiną, wafle ryżowe, sok owocowy

ŚRODA

Śniadanie=> tosty z pesto bazyliowym i serem, ogórek kiszony, ketchup, herbata z cytryną

Drugie=> winogrona

Obiad=> rosół z makaronem, łazanki z kapustą i mięsem, kompot

Podwieczorek=> kasza bulgur z gorzką czekoladą i karmelizowaną gruszką, lemoniada arbuzowa

CZWARTEK

Śniadanie=> szynka drobiowa, ogórek konserwowy, sałata rzymska, chleb z ziarnami, kawa inka,

Drugie=> nektarynka kawałki

Obiad=> barszcz czerwony zabielany z ziemniakami i jajkiem, pierogi ruskie z masłem, kompot

Podwieczorek=> pancakes, serek owocowy, woda

PIĄTEK

Śniadanie=> owsianka, chałka, masło, dżem niskosłodzony, serek śmietankowy, herbata,

Drugie=> melon kawałki

Obiad=> zupa ziemniaczana, ryba po grecku, ziemniaki, kompot

Podwieczorek=> ciasto drożdżowe z owocami własnego wypieku, sok marchewkowy.