

Jadłospis 1

	Dzień tygodnia	Jadłospis na dany dzień/ obiad
T Y D Z I E Ń I	Poniedziałek	Zupa buraczkowa z makaronem na porcji 300ml-187.50kcal Ziemniaki puree 150g-204kcal ,kotlet (1.3.9.)mielony, 150g95.50kcal buraczki 100g-33kcal ,kompot 250ml-200kcal
	Wtorek	Ziemniaki puree 150g204kcal karkówka w sosie własnym, 120g10kcal ogórek kiszony 100ml-2kcal woda ze sokiem 250-18kcal (1.9)
	Środa	Kapuśniak z kiszonej kapusty na żeberkach 300ml-186kcal Racuchy z cukrem pudrem 3szt410kcal lemoniada 250ml-200kcal (1.3.7.9)
	Czwartek	Ziemniaki. 150g-204kcal kotlet drobiowy 120g-310kcal ,surówka z kapusty pekińskiej 100g-22kcal .kompot 250ml200kcal (1.3.9)
	Piątek	Zupa pomidorowa z ryżem na porcji rosółowej 300ml-177kcal (1.4.9) Ziemniaki puree 150g-204kcal ,paluszki rybne, 120szt-84kcal surówka z kiszonej kapusty 100g-13kcal ,kisiel 250ml102kcal

Jadłospis 2

	Dzień tygodnia	Jadłospis na dany dzień/ obiad
T Y D Z I E Ń II	Poniedziałek	Kasza 200g-330kcal ,gulasz wieprzowy, 150g45kcal ogórek konserwowy 50g-37kcal ,woda z sokiem 250ml200kcal (1.9)
	Wtorek	Rosół z makaronem na porcji, 300g-177kcal Ryż 150g135kcal potrawka z kurczaka ,sos biały 150g78kcal marchewka grozkiem 100g-18kcal kisiel 250ml-102kcal (1.9)
	Środa	Zupa ogórkowa na żeberkach 300ml225kcal Makaron z sosem pomidorowym i mięsem 200g216kcal Woda z sokiem 250ml200kcal (1.9)
	Czwartek	Ziemniaki purre 150g204kcal ,nuggetsy drobiowe 120g354kcal ,surówka z marchewki i jabłka 100ml-58kcal // surówka z buraka ,jajka ,jabłka lemoniada 250ml72kcal (1.3.9)
	Piątek	Zupa jarzynowa na porcji 300ml-189kcal Naleśniki z dżemem i cukrem 2sztuki-410kcal ,kompot 250ml-200kcal (1.3.7.9)

	Dzień tygodnia	Jadłospis na dany dzień/ obiad
T Y D Z I E Ń III	Poniedziałek	Krem brokułowy z grzankami (1.9) 300ml-341kcal Ziemniaki 150g-204kcal mielonka opiekana 150g-53kcal ,kapusta kiszona gotowana 150g-12kcal ,woda z sokiem 250-18kcal –dyżur
	Wtorek	żurek z jajkiem, ziemniakami, kielbasą 300g-225kcal bułka 100g-254 kcal Kompot 250ml-200kcal-dyżur
	Środa	Zupa krupnik na żeberkach 300g-125kcal Makaron z sosem szpinakowym i filetem z indyka 200g-woda z cytryną 250ml-102kcal
	Czwartek	Krem z białych warzyw z ptysiami na porcji 300ml310kcal Pierogi leniwe z masłem i cukrem 200g-384kcal lemoniada 250ml-72kcal
	Piątek	Ziemniaki puree(9) 150ml-204kcal Jajko sadzone 1szt-32kcal mizeria ze śmietaną 100ml52kcal // gzika ze szczypiorkiem 100g58kcal kompot 250ml-200kcal

Jadłospis

	Dzień tygodnia	Jadłospis na dany dzień/ obiad
T Y D Z I E Ń IV	Poniedziałek	Zupa grochówka na żeberkach 300ml-304kcal bułka 100g-254kcal Woda z cytryną 250ml-9kcal
	Wtorek	Zupa kalafiorowa na porcji 300ml-218kcal Frytki z sosem//ketchupem 150g-324kcal kompot 250ml-200kcal
	Środa	Ziemniaki puree 150g204kcal(9) udko z kurczaka 120g261,60kcal bukiet warzyw 100g19kcal kompot 250ml-200kcal
	Czwartek	Kluski śląskie 200g-284kcal gulasz drobiowy 150g-310kcal kapusta czerwona gotowana 100g-12kcal woda z sokiem 250ml-18kcal
	Piątek	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty na porcji(9) 300ml-257kcal ryż z jabłkiem i cynamonem 200ml-174kcal kompot 250ml-200kcal