

JADŁOSPIS DIETY OGÓLNEJ

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	PRZEKĄSKA
19.10. 2023 Czwartek	Płatki ryżowe na mleku (200g) ² Chleb mieszany pytłowy (80g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Masło roślinne (5g) ² Połędwica sopocka (50g) Jabłko (150g) Kawa zbożowa (250g)	Zupa makaronowa (300g) ^{1,7} Sztuka mięsa w sosie (100g) ¹ Kasza (200g) ¹ Surówka z pora (100g) ² Kompot (250g)	Chleb mieszany pytłowy (80g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Serek krążek (50g) ² Dżem (50g) Masło (5g) ² Mandarynka (75g) Kawa zbożowa (250g)	Sok pomidorowy (250g)
20.10. 2023 Piątek	Płatki owsiane na mleku (200g) ^{1,2} Chleb mieszany pytłowy (80g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Jajecznica (60g) ³ Masło roślinne (5g) ² Sałata (15g) Kawa zbożowa (250g)	Zupa fasolowa (300g) ^{1,7} Gotowana gałka rybna (100g) ⁴ Ziemniaki (200g) Surówka z kapusty pekińskiej (200g) ³ Mandarynka (75g) Kompot (250g)	Chleb mieszany pytłowy (80g) ¹ Chleb razowy (30g) ¹ Masło (5g) ² Sałatka rybna (130g) ⁴ Pomidor (60g) Makaron na mleku (250g) ^{1,2} Kawa zbożowa (250g)	Banan (120g)

Alergeny: /1/-gluten /2/-mleko i produkty pochodne /3/-jajka /4/-ryby /5/-orzechy /6/-soja /7/-seler

*Jadłospis może ulec modyfikacjom