

JADŁOSPIS TARCHOMINEK

DATA	ŚNIADANIE	ZDROWA PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 07.04	Płatki jaglane na mleku 250ml(7) (Jajko na twardo(3), wędlinka drobiowa)30g, mix warzyw sezonowych 20g , pieczywo mieszane (pszenne, razowe)(1)z masłem (7)50g Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Wafle ryżowe Herbatka owocowa 150ml	Zupa z fasolki szparagowej 250ml (7,9) Sos neapolitański z warzywami i tartym serem 150g (7) Makaron 100g(1) Kompot owocowy bez cukru 200ml	Kanapka z powidłami śliwkowymi 1szt(1,7) Owoc Kajzerka z masłem 30g(1,7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml
WTOREK 08.04	Owsianka kokosowa na mleku 250ml(7) (Ser żółty niskotłuszczowy(7), szynka wieprzowa)30g, mix warzyw sezonowych 20g, pieczywo mieszane(pszenne, żytnie)(1) z masłem(7) 50g Herbatka rumiankowa bez cukru 150ml	Mus owocowy Woda 150ml	Zupa ogórkowa z ryżem 250ml (7,9) Pieczony udzik z kurczaka 80g Ziemniaki 100g Marchewka baby 100g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Kasza manna z musem brzoskwiniowym 150g (wyrób własny) Kajzerka z masłem 30g(1,7) Herbatka rumiankowa bez cukru 150ml
ŚRODA 09.04	Kaszka kukurydziana na mleku 250ml (1,7) (Pasta twarogowo- jajeczna(wyrób własny)(3,7), polędwica drobiowa) 30g, mix warzyw sezonowych 20g, pieczywo mieszane(1) z masłem(7)50g Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Chrupki kukurydziane Herbatka owocowa 150ml	Kapuśniaczek ze słodkiej kapusty 250ml(9) Knedle z morelami 200g Polewa jogurtowa 50g(7) Kompot owocowy bez cukru 200ml	Budyń śmietankowy 150g(7) (wyrób własny) Owoc Kajzerka z masłem 30g(1,7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml
CZWARTEK 10.04	Płatki ryżowe na mleku 250ml (7) (Szynka wieprzowa, ser żółty niskotłuszczowy(7)) 30g, mix warzyw sezonowych 20g, pieczywo mieszane(pszenno-razowe) (1) z masłem,(7)50g Herbatka miętowa bez cukru 150ml	Owoce suszone Herbatka miętowa 150ml	Zupa minestrone 250ml (1,7,9) Pulpeciki w sosie koperkowym 80g (1,3) Kasza bulgur 100g (1) Surówka z kapustą pekińską 100g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Koktajl truskawkowy 150g(7) (wyrób własny) Kajzerka z masłem 30g(1,7) Herbatka miętowa bez cukru 150ml
PIĄTEK 11.04	Kaszka manna na mleku 250ml.(7) (Pasta rybna z warzywami(wyrób własny)(4), dżem niskosłodzony) 30g, pieczywo mieszane(1) z masłem (7)50g Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Mus owocowy Woda 150ml	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (1,7,9) Kotlet jajeczny 80g (1,3) Ziemniaki 100g Fasolka szparagowa 100g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Domowe ciasto 80g(1,3) (wypiek własny) Kajzerka z masłem 30g(1,7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml

ALERGENY: 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne