

# J A D Ł O S P I S

Data	Śniadanie	Obiad	Kolacja
<b>Poniedziałek</b> <b>9.03.2020r</b>	<b>Chleb baltonowski, chleb żytni, bułka z ziarnami, masło, herbata, kawa Inka, wędlina, ser żółty, ogórek konserwowy, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna - 905 kcal.</b>	<b>Krupnik, pieczywo pierś z kurczaka sote, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty białej i pora, kompot, sałata, gruszka</b> <b>wartość energetyczna - 1073kcal.</b>	<b>Chleb baltonowski, chleb żytni, masło, herbata, wędlina, ser żółty, rzodkiewka, jajko gotowane, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna – 937 kcal</b>
<b>Wtorek</b> <b>10.03.2020r</b>	<b>Chleb baltonowski, chleb żytni, bułka z ziarnami, masło, herbata, płatki na mleku, wędlina, ser hochland, ogórek zielony, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna - 925 kcal.</b>	<b>Zupa pomidorowa z ryżem, sznycel wieprzowy, ziemniaki z koperkiem kapusta biała gotowana, kompot, sałata, wafel ryżowy</b> <b>wartość energetyczna - 1092kcal.</b>	<b>Chleb baltonowski, chleb żytni, masło, herbata, makaron ze szpinakiem, ser żółty, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna – 946 kcal</b>
<b>Środa</b> <b>11.03.2020r</b>	<b>Chleb baltonowski, chleb żytni, bułka z ziarnami, masło, herbata, kakao na mleku, wędlina, ser żółty, papryka konserwowa, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna - 919 kcal.</b>	<b>Zupa pieczarkowa z makaronem bitka wieprzowa, ziemniaki z koperkiem, buraczki, kompot, sałata, banan</b> <b>wartość energetyczna - 1063kcal.</b>	<b>Chleb baltonowski, chleb żytni, masło, herbata, wędlina, serek ziarnisty, pasztet, ogórek kwaszony, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna – 913 kcal</b>
<b>Czwartek</b> <b>12.03.2020r</b>	<b>Chleb baltonowski, chleb żytni, bułka z ziarnami, masło, herbata, kaszka manna na mleku , ser żółty, wędlina, pomidor ze szczypiorkiem, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna - 922 kcal.</b>	<b>Zupa ogórkowa, pieczywo, filet z kurczaka panierowany, ziemniaki z koperkiem, kompot, sałata, jogurt</b> <b>wartość energetyczna - 1035kcal.</b>	<b>Chleb baltonowski, chleb żytni, herbata, masło, sałatka jarzynowa, parówka grzana, dżem, sałata, ketchup</b> <b>wartość energetyczna – 942 kcal</b>

<p><b>Piątek</b> <b>13.03.2020r</b></p>	<p><b>Chleb baltonowski, chleb żytni, bułka z ziarnami, masło, herbata, kawa Inka, wędlina, ser biały, paprykarz, ogórek zielony, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna - 914 kcal.</b></p>	<p><b>Zupa fasolowa, pieczywo szare kluski, kapusta kwaszona gotowana, kompot, sałata, ciastko</b> <b>wartość energetyczna 1099 – kcal.</b></p>	
<p><b>Poniedziałek</b> <b>16.03.2020r</b></p>	<p><b>Chleb baltonowski, chleb żytni, bułka z ziarnami, masło, herbata, kawa Inka, wędlina, ser żółty, papryka konserwowa, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna - 906 kcal.</b></p>	<p><b>Zupa jarzynowa, pieczywo pulpety w sosie pomidorowym, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty białej i rzodkiewki, kompot, sałata, chrupki</b> <b>wartość energetyczna - 1067 kcal.</b></p>	<p><b>Chleb baltonowski, chleb żytni, masło, herbata, wędlina, serek hochland, ryba, pomidor ze szczypiorkiem, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna – 919 kcal</b></p>
<p><b>Wtorek</b> <b>17.03.2020 r</b></p>	<p><b>Chleb baltonowski, chleb żytni bułka z ziarnami, masło, herbata, płatki na mleku, ser topiony, wędlina, rzodkiewka, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna – 931 kcal</b></p>	<p><b>Zupa owocowa z makaronem, pieczeń z karczku w sosie, kasza, kapusta modra zasmażana, kompot, sałata, banan</b> <b>wartość energetyczna - 1068 kcal.</b></p>	<p><b>Chleb baltonowski, chleb żytni, masło, herbata, wędlina, pasta z sera żółtego i rzodkiewki, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna – 915 kcal</b></p>
<p><b>Środa</b> <b>18.03.2020 r</b></p>	<p><b>Chleb baltonowski, chleb żytni, bułka z ziarnami, masło, herbata, kakao na mleku, ser żółty, papryka surowa, wędlina, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna – 927 kcal</b></p>	<p><b>Zupa gulaszowa, pieczywo pierogi leniwe z cukrem, kompot, sałata, jogurt</b> <b>wartość energetyczna - 1079 kcal.</b></p>	<p><b>Chleb baltonowski, chleb żytni, herbata, masło, wędlina, ser wędzony, pasztet, ogórek konserwowy, sałata, dżem, ketchup</b> <b>wartość energetyczna – 946 kcal</b></p>
<p><b>Czwartek</b> <b>19.03.2020 r</b></p>	<p><b>Chleb baltonowski, chleb żytni, bułka z ziarnami, masło, herbata, kaszka manna na mleku, ser kanapkowy, wędlina, ogórek zielony, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna – 929 kcal</b></p>	<p><b>Kapuśniak z kapusty kwaszonej, poduszkowiec z żółtym serem, ziemniaki z koperkiem, kompot, sałata, wafel ryżowy</b> <b>wartość energetyczna - 1065 kcal.</b></p>	<p><b>Chleb baltonowski, chleb żytni, masło, herbata, makaron z pomidorami i serkiem mascarpone, wędlina, sałata, ketchup, dżem</b> <b>wartość energetyczna – 923 kcal</b></p>

<b>Piątek 20.03.2020 r</b>	<b>Chleb baltonowski, chleb żytni, bułka z ziarnami, masło, herbata, kakao na mleku, ser biały, pomidor ze szczypiorkiem, wędlina, sałata, ketchup, dżem wartość energetyczna – 919 kcal</b>	<b>Zupa z ciecierzycy, pieczywo, ryba pieczona, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty kwaszonej, kompot sałata, ciastko wartość energetyczna - 1055 kcal.</b>	
--------------------------------	--	--	--

Jadłospis może ulec zmianie.