**Jadłospis dekadowy od 21.01-03.02.2021r.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Śniadanie** | **Obiad** | **Podwieczorek** |
| **21.01**  **Czw.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g,**  **Szynka drobiowa20g,sałata,**  **ogórek20g.Kawa z mlekiem 200ml.**  **II – marchewka 40g.**  **1,7,11** | **Kapuśniak z ziemniakami 300ml.Natka.Naleśnik z serem(1 szt.) i polewą jogurtowo-owocową 100ml..Kompot 200ml.**  **7,9** | **Gruszka 1/2szt.** |
| **22.01**  **Pt.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g,**  **miód 15g, mleczna z płatkami owsianymi250 ml.**  **II-pomarańcza 1/2szt.**  **1,7,11** | **Zupa kalafiorowa z kaszą kuskus. Koperek.**  **Kotlet mielony drobiowy80g, ziemniaki 150g,surówka z buraczków100g. Kompot 200ml.1,3,7,9** | **Słupki warzyw(ogórek, marchew ,papryka czerwona)z sosem jogurtowym150g.**  **Pałki kukurydziane 2 szt.**  **7** |
| **25.01**  **Pon.** | **Pieczywo mieszane65g,masło10g,**  **polędwica sopocka 20g,sałata,**  **pomidor 20g.Herbata z cytryną200ml.**  **II –cripsy owocowe9g.**  **1,7,11** | **Zupa grochowa z ziemniakami i kiełbasą 300ml.Natka.**  **Jajko 1 szt. w sosie koperkowo-**  **cytrynowym 70g,ziemniaki 150g,surówka z kapusty pekińskiej 100g.Kompot 200ml.1,3,7,9** | **Budyń 150g,jabłko 1 szt**  **7** |
| **26.01.**  **Wt.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło 10g**  **pasta twarogowo -łososiowa 40g,Herbata z cytryną 200ml.**  **II – sok jabłkowo- marchewkowy 100ml**  **1,7,11** | **Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml.Koperek. Kompot200 ml.**  **Gulasz z indyka150g,kasza gryczana 130g,Surówka z marchewki i jabłka100g. 1,7,9** | **Jogurt naturalny z bananem i orzechami włoskimi 150 g. Pieczywo chrupkie 1 szt.**  **1,7,8** |
| **27.01.**  **Śr.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g,**  **jajko gotowane ½ szt. ,sałata, rzodkiewka 15g.Kakao z mlekiem 200ml.**  **II- banan ½ szt.**  **1,3,7,11** | **Zupa pomidorowa 300ml.Koperek.Kotlet rybny 80g,ziemniaki 150g,surówka z**  **kiszonej kapusty i oliwy z oliwek 100g. pestki dyni. Kompot 200ml.**  **3,4,7,9** | **Grahamka ½ szt. z masłem serem żółtym 20g i papryką 15 g. Herbatka owocowa 200 ml.**  **1,7** |
| **28.01.**  **Czw.** | **Pieczywo mieszane65g, masło10g,**  **twarożek ze szczypiorkiem30g.**  **Kakao z mlekiem200ml.**  **II – mandarynka 1 szt**  **1,7,11** | **Zupa soczewicowa z ziemniakami 300ml.Natka.Makaron pełnoziarnisty 130g z serem białym 50gi polęwą jogurtową .Kompot200ml.**  **1,3,7,9** | **Chałka z masłem 1 kromka Herbata rumiankowa z miodem 200ml.Marchewka 40g.**  **1,7** |
| **29.01.**  **Pt.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g,**  **dżem 15g .Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml.**  **II- kalarepka 40g.**  **1,7,11** | **Zupa brokułowa z zacierką.300ml.Natka.**  **Kotlet schabowy 70g,ziemniaki**  **150g,Surówka z kapusty kiszonej z ziarnami słonecznika100g.**  **Kompot 200ml. 1,3,7,9** | **Tost 1 szt. z masłem ,serem żółtym 20g i papryką 15g.Herbata owocowa 200ml.**  **1,7** |
| **01.02.**  **Pon.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g,**  **pasta twarogowa-łososiowa 40g.**  **Koperek. Kawa z mlekiem200ml.**  **II- mandarynka1 szt.**  **1,4,7,11** | **Zupa jarzynowa z zacierką 300ml.Koperek.Pulpet drobiowy60g.**  **w sosie pomidorowym70g,**  **ziemniaki 150g,sałatka z białej kapusty i ogórka kiszonego100g.Kompot 200ml.**  **1,3,7,9** | **Sok owocowy 200ml.**  **pieczywo chrupkie 1 szt.**  **7** |
| **02.02.**  **Wt.** | **Pieczywo mieszane65g, masło10g,pasta jajeczna ze szczypiorkiem30g.Herbata z cytryną 200ml.**  **II-jabłko 1/2szt.**  **1,3,7,11** | **Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml.Natka.Leniwe250g. z serem białym,masłem i bułką tartą..Marchewka z jabłkiem100g.**  **Kompot 200ml.1,7,9** | **Rogal ½ szt. z masłem, mleko 200ml.**  **Marchewka 40g.**  **7** |
| **03.02.**  **Śr.** | **Pieczywo mieszane 65g,masło10g,**  **Ser żółty 20g,sałata,papryka 15g.**  **Kawa z mlekiem 200ml.**  **II – pomarańcza½ szt**  **1,7,11** | **Zalewajka z ziemniakami i kiełbasą300ml.Koperek.Zapiekanka makaronowo-szpinakowa z szynką(makaron orkiszowy, szpinak, szynka wiejska,ser)250g.Kompot 200ml**  **1,7,9** | **Koktajl z maślanki i truskawek 200ml.**  **7** |

**Woda do picia dla dzieci jest dostępna non stop na życzenie dziecka.**

Dyrektor Kucharz Intendent