**JADŁOSPIS OD DNIA 21-03-2022 DO DNIA 25-03-2022**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DATA** | **ŚNIADANIE** | | | | **OBIAD** | | | | **PODWIECZOREK** | |
|  | Kanapki z pieczywa mieszanego(100g) | | | | Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami | | | |  | |
| **21.03.2022** | z polędwicą sopocka(20g), pastą | | | | ALERGENY:**3,7,9** | | | | Wafle ryżowe | |
| **PONIEDZIAŁEK** | rybną ze szczypiorkiem(20g) | | | | Ryż z jabłkami | | | |  | |
|  | masłem(10g), pomidorem, ogórkiem(60g) | | | |  | | | |  | |
|  | kakao, herbata z cytryną(200g), jogurt | | | | Kompot z truskawek | | | |  | |
|  | ALERGENY: **1,4,6,7** | | | | ALERGENY: **1,7** | | | | ALERGENY: **1** | |
|  | Kanapki z pieczywa mieszanego(100g) | | | | Zupa barszcz czerwony | | | |  | |
| **22.03.2022** | z twarozkiem (20g), szynką drobiową(20) | | | | ALERGENY:**1,9** | | | | Soczek owocowy | |
| **WTOREK** | masłem(10g),rzodkiewką ogórkiem | | | | Pulpet drobiowy w sosie koperkowym | | | |  | |
|  | i szczypiorkiem(60g) i sałatą | | | | surówka z marchwi i jabłka, kasza | | | |  | |
|  | kawa inka, herbata z cytryną(200g) | | | | jaglana, kompot wieloowocowy | | | |  | |
|  | ALERGENY: **1,6,7** | | | | ALERGENY; | | | | ALERGENY: | |
|  | Płatki kukurydziane(40g), mleko(250g) | | | | Zupa ryżowa | | | |  | |
| **23.03.2022** | kanapka z chałki(100g) z masłem(10g) | | | | ALERGENY:**1, 9** | | | | Jogurt owocowy bez cukru | |
| **ŚRODA** | i dżemem truskawkowym(10g) | | | | Schab duszony w warzywach | | | |  | |
|  | gruszka, jabłko, marchew(60) | | | | ziemniaki | | | |  | |
|  | rodzynki, herbata z cytryną(200g) | | | | kompot z jabłek | | | |  | |
|  | ALERGENY: **1,7** | | | | ALERGENY: - | | | | ALERGENY: **7** | |
|  | Kanapka z pieczywa mieszanego(100g) | | | | Zupa fasolowa | | | |  | |
| **24.03.2022** | Parówka z szynki(20), serek łaciaty(20) | | | | ALERGENY**: 9** | | | | Śliwka | |
| **CZWARTEK** | masło(10g) | | | | Gulasz wieprzowy, sałatka szwedzka | | | |  | |
|  | sałata, ogórek, papryka(60g) | | | | makaron pełnoziarnisty | | | |  | |
|  | kakao, herbata z cytryną(200g) | | | | kompot wieloowocowy | | | |  | |
|  | ALERGENY**1,6,7** | | | | ALERGENY:**1,3,4** | | | | ALERGENY: | |
|  | Kanapki z pieczywa mieszanego(100g) | | | | Zupa pomidorowa z makaronem | | | |  | |
| **25.03.2022** | z szynką wieprzową(20g), serem | | | | ALERGENY**1,3,7,9** | | | | Ciastka owsiane | |
| **PIĄTEK** | żółtym(20g)i masłem(10g) | | | | Paluszki rybne, surówka z kapusty | | | |  | |
|  | ogórkiem(20g), pomidorem(20g) | | | | kiszonej, ziemniaki | | | |  | |
|  | kawa inka, herbata z cytryną(200g) | | | | kompot wiśniowy | | | |  | |
|  | ALERGENY: **1,6,7** | | | | ALERGENY: **1,3** | | | | ALERGENY: **1,5,7** | |
| Jadłospis może ulec niewielkim zmianom. | |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |