

JADŁOSPIS TARCHOMINEK

DATA	ŚNIADANIE	ZDROWA PRZEKĄSKA	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 24.03	Płatki ryżowe na mleku 250ml(7) (Serek żółty niskotłuszczowy (7), wędlna wieprzowa) 30g, mix warzyw sezonowych 20g , pieczywo mieszane (pszenne, żytnie)(1)z masłem (7)50g Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Mus owocowy Woda 150ml	Zupa szczawiowa 250ml (7,9) Pyzy z mięsem i okrasą z cebulki 250g Surówka z ogórka kiszzonego 100g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Kisielek owocowy 150g Kajzerka z masłem 30g(1,7) Herbatka owocowa bez cukru 150ml
WTOREK 25.03	Kaszka kukurydziana na mleku 250ml (7) (Twarożek ze szczypiorkiem(wyrób własny)(7), wędlna drobiowa)30g, mix warzyw sezonowych 20g, pieczywo mieszane(pszenne, pełnoziarniste)(1) z masłem(7) 50g Herbatka rumiankowa bez cukru 150ml	Wafle ryżowe Herbatka rumiankowa 150ml	Zupa krem z białych warzyw 250ml (7,9) Pulpeciki wieprzowe w sosie myśliwskim 80g (1,3) Kasza bulgur 100g(1) Surówka z buraczków 100g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Smakija domowa z musem truskawkowym 150g (1,7) Kajzerka z masłem 30g(1,7) Owoc Herbatka rumiankowa bez cukru 150ml
ŚRODA 26.03	Płatki kukurydziane na mleku 250ml (7) (Krakowska parzona, jajko na twardo(3)) 30g, mix warzyw sezonowych 20g, pieczywo mieszane(1) z masłem(7)50g Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Suszone owoce Herbatka owocowa 150ml	Krupnik jęczmienny 250ml(1,9) Gulasz warzywny 150g Ryż 100g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Kanapka z dżemem niskosłodzonym (1,7) 1szt Kajzerka z masłem 30g(1,7) Owoc Herbatka owocowa bez cukru 150ml
CZWARTEK 27.03	Kaszka manna na mleku 250ml (1,7) (Parówki śniadaniowe na ciepło, ketchup), pieczywo mieszane(pszenno-żytnie) (1) z masłem,(7)50g Herbatka miętowa bez cukru 150ml	Mus owocowy Woda 150ml	Zupa pieczarkowa z zacierką 250ml (7,9) Pieczony kotlet pożarski 80g (3) Ziemniaki 100g Marchewka z groszkiem 100g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Jogurt z musli 150g Kajzerka z masłem 30g(1,7) Herbatka miętowa bez cukru 150ml
PIĄTEK 28.03	Owsianka na mleku 250ml.(7) (Pasta z wędzonej makreli(4), szynka wieprzowa) 30g, mix warzyw sezonowych 20g, kajzerka(1) z masłem (7)50g Herbatka owocowa bez cukru 150ml	Chrupki Woda 150ml	Grochóweczka dla najmłodszych 250ml (9) Makaron z białym serem i polewą owocową 250g (1,7) Kompot owocowy bez cukru 200ml	Domowe ciasto 80g(1,3) (wypiek własny) Kajzerka z masłem 30g(1,7) Owoc 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