

JADŁOSPIS październik 2017

Poniedziałek 02.10.2017

Zupa koperkowa z ziemniakami i zielenią (250g)
Gulasz z indyka w paprykarzu (100g)
Ryż z koperkiem(150g)
Ogórek kwaszony(150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)

Wtorek 03.10.2017

Zupa grochowa z ziemniakami i zielenią (250g)
Kapusta faszerowana (100g)
Ziemniaki z koperkiem (150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)
Jabłko

Środa 04.10.2017

Zupa ogórkowa z ziemniakami i zielenią(250g)
Schab gotowany w sosie chrzanowym (100g)
Ziemniaki z koperkiem(150g)
Surówka z czerwonej kapusty i jabłka(150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)

Czwartek 05.10.2017

Barszcz czerwony z ziemniakami i zielenią (250g)
Łazanki z kapustą (100g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)
Banan (1 szt.)

Piątek 06.10.2017

Zupa zacierkowa z ziemniakami i zielenią (250g)
Ryba smażona(100g)
Ziemniaki z koperkiem (150g)
Surówka z białej kapusty, marchewki i jabłka(150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)

JADŁOSPIS październik 2017

Poniedziałek 09.10.2017

Zupa pieczarkowa z ziemniakami i zieleniną(250g)
Kotlet z piersi indyka (100g)
Ziemniaki z koperkiem (150g)
Brokuły gotowane (150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)

Wtorek 10.10.2017

Fasolowa z ziemniakami i zieleniną (250g)
Pieczeń wieprzowa w sosie własnym (100g)
Kasza gryczana z koperkiem (150g)
Ogórek zielony (150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)
Jogurt naturalny 120g

Środa 11.10.2017.

Zupa pomidorowa z makaronem i zieleniną (250g)
Pieczeń rzymska (100g)
Ziemniaki z koperkiem (150g)
Marchewka z groszkiem(gotowana) (150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)

Czwartek 12.10.201

Zupa jarzynowa z ziemniakami i zieleniną (250g)
Kotlet mielony (100g)
Ziemniaki z koperkiem (150g)
Buraczki zasmażane (150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)

Piątek 13,10,2017

Zupa szczawiowa z ziemniakami ,jajkiem i zieleniną (250g)
Pierogi z serem i jogurtem naturalnym (280g)
Marchewka tarta(100g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)
Jabłko(1 szt.)

JADŁOSPIS październik 2017

Poniedziałek 16.10.2017

Żurek na naturalnym zakwasie z ziemniakami i zieleniną(250g)
Pulpet w sosie pomidorowym (100g)
Ziemniaki z koperkiem (150g)
Salata z jogurtem naturalnym (150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)
Gruszka(1 szt.)

Wtorek 17.10.2017.

Zupa ogórkowa z ziemniakami i zieleniną (250g)
Kurczak pieczony (100g)
Ryż z koperkiem (150g)
Surówka z kapusty pekińskiej,marchewki i jabłka (150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)

Środa 18.10.2017

Zupa krupnik z ziemniakami i zieleniną(250g)
Gulasz wieprzowy(100g)
Ziemniaki z koperkiem(150g)
Ogórek kwaszony (150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)
Jabłko (1 szt.)

Czwartek 19.10.2017

Zupa zacierkowa z ziemniakami i zieleniną (250g)
Kotlet schabowy (100g)
Ziemniaki z koperkiem (150g)
Fasolka szparagowa (150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)

Piątek 20.10.2017

Zupa kalafiorowa z ziemniakami i zieleniną (250g)
Kluski leniwe (300g)
Marchewka z jabłkiem(150g)
Kompot owocowy (200g)
Jogurt naturalny (100 g.)

JADŁOSPIS październik 2017

Poniedziałek 23.10.2017

Zupa pomidorowa z ryżem i zieleniną (250g)
Klops w sosie pieczarkowym (100g)
Ziemniaki z koperkiem(150g)
Surówka z białej kapusty (150g)
Kompot owocowy (200g)

Wtorek 24.10.2017

Zupa grochowa z ziemniakami i zieleniną (250g)
Gulasz wieprzowy (100g)
Kasza jęczmienna (pęczak) z koperkiem (100g)
Pomidor z cebulką (150g)
Kompot owocowy (200g)
Jablko(1szt.)

Środa 25.10.2017

Rosół z makaronem i zieleniną(250g)
Kotlet z piersi indyka (100g)
Ziemniaki z koperkiem (150g)
Marchewka gotowana (150g)
Kompot owocowy (200g)

Czwartek 26.10.2017

Zupa kapuśniak z kwaszonej kapusty z ziemniakami i zieleniną (250g)
Makaron razowy z sosem mięsno-warzywnym (300g)
Ogórek zielony (150g)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)
Jogurt naturalny (120g)

Piątek 27.10.2017

Barszcz czerwony z ziemniakami (250g)
Ryba smażona (100g)
Ziemniaki z koperkiem (150g)
Surówka z kapusty kwaszonej (100)
Kompot z czarnej porzeczki (200g)

JADŁOSPIS październik 2017

Poniedziałek 30.10.2017

Zupa jarzynowa z ziemniakami i zieleniną(250g)

Gulasz z indyka w jarzynach (100g)

Ryż z koperkiem (150g)

Ogórek kwaszony (150g)

Kompot z czarnej porzeczki (200g)

Jogurt owocowy (120g)

Wtorek 31.10.2017

Zupa pieczarkowa z makaronem razowym i z zieleniną (250g)

Kotlet schabowy(100g)

Ziemniaki z koperkiem(150g)

Fasolka szparagowa (150g)

Kompot z czarnej porzeczki(200g)