

Jadłospis dekadowy nr 10 - śniadania

<i>Poniedziałek 08.01</i>	<i>Wtorek 09.01</i>	<i>Środa 10.01</i>	<i>Czwartek 11.01</i>	<i>Piątek 12.01</i>
<p>Ciepłe danie: Płatki ryżowe na mleku Kanapki: Bułka pszenna z wędliną wieprzową Warzywo: Pomidor Napój: Herbata z miodem i cytryną</p>	<p>Ciepłe danie: Płatki kukurydziane z mlekiem Kanapki: Rogal z pastą jajeczną Warzywo: Ogórek Napój: Herbata z miodem i cytryną</p>	<p>Ciepłe danie: Parówka z ketchupem Kanapki: Bułka z twarogiem na słodko Warzywo: Suszone owoce, orzechy, pestki dyni Napój: Kakao</p>	<p>Ciepłe danie: Jajecznica Kanapki: Bułka grahamka z wędliną Warzywo: Papryka Napój: Kawa zbożowa</p>	<p>Ciepłe danie: Kisiel wiśniowy Kanapki: Kajzerka z serem żółtym Warzywo: Sałata, kiełki rzodkiewki Napój: Herbata z miodem i cytryną</p>
1Gluten, 2nabiał	1Gluten, 2nabiał, 3Jaja	1Gluten, 2nabiał, 3Siarczyny, 4Orzechy	1Gluten, 2nabiał, 3Jaja	1Gluten, 2nabiał
<i>Poniedziałek 15.01</i>	<i>Wtorek 16.01</i>	<i>Środa 17.01</i>	<i>Czwartek 18.01</i>	<i>Piątek 19.01</i>
<p>Ciepłe danie: Owsianka na mleku Kanapki: Bułka z ziarnami z kiełbasa krakowską Warzywo: Papryka Napój: Herbata z cytryną i miodem</p>	<p>Ciepłe danie: Jajecznica ze szczypiorkiem Kanapki: Bułka dyniowa z serkiem fromage Warzywo: Rzodkiewka Napój: Kakao</p>	<p>Ciepłe danie: Kasza manna z musem mango Kanapki: Chleb mieszany z pasztetem swojego wypieku Warzywo: Pomidor Napój: Herbata z miodem i cytryna</p>	<p>Ciepłe danie: Parówki z ketchupem Kanapki: Baton z serem żółtym Warzywo: Sałata Napój: Kawa zbożowa</p>	<p>Ciepłe danie: Budyń czekoladowy Kanapki: Bułka pszenna z pastą z makreli na pomidorach Warzywo: Ogórek Napój: Herbata owocowa</p>
1Gluten, 2nabiał	1Gluten, 2Nabiał, 3jaja	1Gluten, 2nabiał, 3Jaja	1Gluten, 2nabiał	1Gluten, 2nabiał, 3ryba

Jadłospis dekadowy nr 10 - obiady

<i>Poniedziałek 08.01</i>	<i>Wtorek 09.01</i>	<i>Środa 10.01</i>	<i>Czwartek 11.01</i>	<i>Piątek 12.01</i>
<p>Zupa: Ogórkowa Danie główne: Czulent wieprzowy z kaszą jęczmienną Warzywo: Warzywa w sosie Deser: Kompot + owoc</p>	<p>Zupa: Kartoflanka Danie główne: Gyros drobiowy na parze z ryżem Warzywo: Sałata grecka z sosem czosnkowym Deser: Kompot + owoc</p>	<p>Zupa: Jarzynowa Danie główne: Ryba na parze z ziemniakami Warzywo: Fasolka szparagowa Deser: Kompot + owoc</p>	<p>Zupa: Porowa z kluseczkami Danie główne: Kotlet mielony z ziemniakami Warzywo: Surówka z buraczków Deser: Kompot + owoc</p>	<p>Zupa: Szpinakowa z jajkiem Danie główne: Makaron z twarogiem truskawkami Warzywo: Sok marchwiowy</p>
1Gluten, 2seler, 3nabiał	1Gluten, 2seler, 3nabiał	1Gluten, 2nabiał, 3seler, 4Ryba	1Gluten, 2seler, 3nabiał, 4jaja	1seler, 2nabiał, 3gluten, 4jaja
<i>Poniedziałek 15.01</i>	<i>Wtorek 16.01</i>	<i>Środa 17.01</i>	<i>Czwartek 18.01</i>	<i>Piątek 19.01</i>
<p>Zupa: Kapuśniak z ziemniakami Danie główne: Kolorowy makaron z indykiem w sosie szpinakowym Warzywo: Warzywa w sosie Deser: Kompot + owoc</p>	<p>Zupa: Buraczkowa Danie główne: Pieczone udka z kurczaka z ziemniakami Warzywo: Ratatuj Deser: Kompot + owoc</p>	<p>Zupa: Pieczarkowa z ziemniakami Danie główne: Ryba panierowana z ryżem Warzywo: Surówka z kapusty pekińskiej z warzywami i sosem vinaigrette Deser: Kompot + owoc</p>	<p>Zupa: Rosół z makaronem Danie główne: Pulpet wieprzowo - wołowy w sosie pomidorowym z ziemniakami Warzywo: Kalafior z pesto Deser: Kompot + owoc</p>	<p>Zupa: Z zielonego groszku Danie główne: Naleśniki z owocami i twarogiem Deser: Sok marchwiowy</p>
1Gluten, 2seler, 3nabiał	1Gluten, 2seler, 3nabiał	1Gluten, 2seler, 3nabiał, 4ryba, 5gorczyca, 6jaja	1Gluten, 2seler, 3nabiał, 4jaja	1seler, 2nabiał, 3gluten, 4Jaja