DZIEŃ	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
PONIEDZIAŁEK	Chleb żytni i pszenno-żytni 100g, masło ekstra 10g , Jaja kurze 100g, Papryka 60g, Rzodkiewka 60g, Sałata 20g Maślanka 250 ml Herbata czarna napar bez cukru 250ml	Zupa Ogórkowa 400 g, Chleb żytni razowy 50 g Banan 120 g Wafle ryżowe 30g	Chleb żytni i pszenno-żytni 100g, masło ekstra 10g , Parówki 100g, Musztarda 10g, Ogórek kiszony 120g Herbata czarna napar bez cukru 250ml
	E: 2086 kcal, Białko: 100,94 g, Tłuszcz: 67,90 g, Węglowodany: 284,39 g		
WTOREK	Chleb żytni i pszenno-żytni 100g, masło ekstra 10g , Szynka 30g, Ser żółty 20g, sałata 20g, papryka 120g Maślanka 250 ml Herbata czarna napar bez cukru 250ml	Gulasz 350 g Buraczki gotowane 120g, Kasza gryczana 100g Banan 120 g	Ryż z jabłkami, serkiem i cynamonem 300g Herbata czarna napar bez cukru 250ml
	E: 2020 kcal, Białko: 102,88 g, Tłuszcz: 58,63 g, Węglowodany: 281,69 g		
ŚRODA	Chleb żytni i pszenno-żytni 100g, masło ekstra 10g , Pasztet 50g, Pomidor 85g, Cebulka 10g Herbata czarna napar bez cukru 250ml	Chłodnik Litewski 300g Ziemniaki gotowane 250g Ciasto czekoladowe 50g Serek wiejski g	Chleb żytni i pszenno-żytni 100g, masło ekstra 10g , Parówki 100g, musztarda 10g, Ogórek kiszony 120g Herbata czarna napar bez cukru 250ml
	E: 2010 kcal, Białko: 111,58 g, Tłuszcz: 87,62 g, Węglowodany: 241,59 g		
CZWARTEK	Chleb żytni i pszenno-żytni 100g, Pasta z tuńczyka 140g Herbata czarna napar bez cukru 250ml	Pulpety z indyka 250g Kasza gryczana 100g, Surówka z marchewki 200g Baton 150g	Łazanki z kapustą i pieczarkami 350g Herbata czarna napar bez cukru 250ml
	E: 1961 kcal, Białko: 112,96 g, Tłuszcz: 50,15 g, Węglowodany: 272,19 g		
PIĄTEK	Chleb żytni i pszenno-żytni 100g, masło ekstra 10g , Parówki 100g, musztarda 10g, ogórek kiszony 120g Herbata czarna napar bez cukru 250ml	Zupa jarzynowa 350g Chleb orkiszowy 100g Gruszka 130g Baton 35g	Makaron z białym serem 250g Herbata czarna napar bez cukru 250ml
	E: 1932 kcal, Białko: 95,85 g, Tłuszcz: 56,78 g, Węglowodany: 274,55 g		
SOBOTA	Chleb żytni i pszenno-żytni 100g, masło ekstra 10g , Jaja kurze 100g, Ogórek kiszony 120g Jogurt 250 ml Herbata czarna napar bez cukru 250ml	Flaki wołowe 400 ml Chleb orkiszowy 100g Ciasto drożdżowe 80g Masło 10g Dżem 30g	Chleb żytni i pszenno-żytni 100g, masło ekstra 10g , szynka 30g, ser żółty 20g, sałata 20g, papryka 120g Maślanka 250 ml Herbata czarna napar bez cukru 250ml
	E: 1944 kcal, Białko: 102,10 g, Tłuszcz: 62,79 g, Węglowodany: 250,43 g		
NIEDZIELA	Chleb żytni i pszenno-żytni 100g, masło ekstra 10g , kiełbasa szynkowa 45g, Ogórek kiszony 120g. Sałata 20g, Kefir 250g Herbata czarna napar bez cukru 250ml	Kotlety schabowe 250g, ziemniaki gotowane 270g, Mizeria 300g Mandarynka 130g Wafle ryżowe 30g	Łazanki z kapustą i pieczarkami 350g Herbata czarna napar bez cukru 250ml
	E: 1986 kcal, Białko: 113,90 g, Tłuszcz: 48,88 g, Węglowodany: 282,58 g		
Uwaga: Jadłospis może ulec zmianie.			