

Jadłospis - dieta Podstawowa**Poniedziałek****02.02.2026**

Śniadanie	Bułka grahamka z masłem, szynką i sałatą lodową, herbata owocowa Jabłko, woda (1, 7)
Obiad	Krupnik z wkladką wołową, naleśniki z domową "Nutellą" (awokado, banan, prawdziwe kakao, gorzka czekolada), kompot (1,3, 7, 9)
Podwieczorek	Koktajl jogurtowo-brzoskwiniowy, ciasteczko zbożowe, herbata (1, 7)

Wtorek**03.02.2026**

Śniadanie	Mleko z płatkami kukurydzianymi, chałka z masłem i miodem, mandarynka, herbata Kalarepa, woda (1, 7)
Obiad	Rosół, potrawka z indyka z groszkiem, marchewką i pietruszką, ryż, kompot (1, 3, 7, 9)
Podwieczorek	Ciasto marchewkowe z przyprawami korzennymi, mleko, jabłko (1, 3, 7)

Środa**04.02.2026**

Śniadanie	Kolorowe kanapki - "zrób to sam" - chleb graham, masło, filec z indyka, pomidor, rzodkiewka, ogórek, kawa zbożowa na mleku Banan, woda (1, 7, 10)
Obiad	Zupa cytrynowa z ryżem, makaron spaghetti pełnoziarnisty z mięsem i pomidorami w sosie bolońskim, kompot (1, 9, 10)
Podwieczorek	Ciasto brownie z czerwonej fasoli, pomarańcze, mleko (1, 3, 7)

Czwartek**05.02.2026**

Śniadanie	Mleko z płatkami owsianymi, wek z masłem i dżemem, jabłko, herbata Marchew, woda (1, 7)
Obiad	Zupa kalafiorowa, panierowany kotlet schabowy, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem, rzodkiewką i ogórkiem, kompot (1,3,7,9)
Podwieczorek	Salatka owocowa melon / banan / mandarynka / jabłko, kakao (7)

Piątek**06.02.2026**

Śniadanie	Kajzerka z masłem i żółtym serem, pomidor, herbata z cytryną Melon, woda (1, 7)
Obiad	Zupa dyniowa, fileta z mintaja z pieca, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty z jabłkiem, marchwią i pestkami dyni, kompot (1, 7, 9, 10)
Podwieczorek	Deser bananowo jogurtowy z domową granolą (1, 7)