

## Jadłospis

Od 25 września 2023 r. do 29 września 2023 r.

### Poniedziałek

Ogórkowa z ziemniakami (1,9) zabelana(7)  
grillowany kurczak gyros, ryż z kurkumą na sypko  
surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem, pomidorkiem koktajlowym  
kukurydzą w sosie jogurtowym z czosnkiem (7)  
**kompot malinowy**  
**ciasteczko zbożowe (1,7)**

### Wtorek

Pomidorowa z ryżem (1,9) zabelana(7)  
gulasz wieprzowy ,kasza jęczmienna (1,3,7) ogórek kiszony  
**kompot owocowy**  
**nektarynka**

### Środa

Barszcz czerwony z ziemniakami, zabelany (1,7,9)  
makaron tagiatelle z indykiem i szpinakiem  
posypany serekiem Jantar (1,3,7)  
**kompot owocowy**  
**jogurt owocowy**

### Czwartek (dzień jabłka)

Brokułowa z grzanką pszenną (1,9)  
ziemniaki, nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych (7)  
sałatka z białej kapusty i marchewki, **jabłka** z koperkiem  
**sok jabłkowy 100% tłoczony na zimno**  
**chipsy jabłkowe**

### Piątek

Zupa ziemniaczana z kiełbaską i marchewką  
i fasolką szparagową, zabelana (7,6,9)  
makaron kolorowy z serem białym, półtłustym  
cukrem trzcinowym i cynamonem (1,3,7)  
**śliwka**  
**woda n/g 0,5 L**

