

Przykładowy jadłospis dwutygodniowy

PN	Spaghetti bolognese/ Owoc Kompot wieloowocowy
WT	Kotlet mielony, Ziemniaki gotowane, Surówka Kompot wieloowocowy z malinami
ŚR	Naleśniki z białym serem, brzoskwiniami i cukrem pudrem Kompot wieloowocowy
CZW	Pulpety drobiowe z sosem pomidorowym, Kasza jęczmienna, Surówka Kompot wieloowocowy
PT	Ryba miruna pieczona w panierce, Ziemniaki pieczone, Surówka Kompot wieloowocowy

PN	Gnocchi z sosem śmietanowym, szynką, szpinakiem i suszonymi pomidorami Kompot wieloowocowy
WT	Kotlet schabowy, Ziemniaki puree, Surówka Kompot wieloowocowy
ŚR	Pierogi z ziemniakami i serem, Owoc Kompot wieloowocowy
Czw	Stripsy z kurczaka z sosem słodko-kwaśnym, Ryż, Surówka Kompot wieloowocowy
PT	Ryba miruna po grecku, Ziemniaki gotowane, Surówka Kompot owocowy

Gramatura posiłków:

Drugie danie 450g (mięso, ryba 130g + sos/ ziemniaki, kasza, ryż 200g/ surówka 120g),

Makarony 350g

Pierogi 350g/8szt

Owoc 100/120g