|  |  |
| --- | --- |
|  | ŚNIADANIE |
| **Poniedziałek** 05.09.2022 | **Bułka kajzerka** ( **1, \*** ) –60g **z masłem** ( **7** ) – 10g, **polędwica sopocka** ( **\***) – 20g, **ogórek zielony** – 20 g, **herbata czarna, cukier –** 200ml **- 274kcal** |
| **WTOREK** 06.09.2022 | **Bułka kajzerka ( 1, \***) – 60g, **pasztet Herbowski ( 1, 3, \*) – 20g** **ogórek kiszony – 20g**, **herbata czarna,cukier** – **200ml** **– 210 kcal** |
| **ŚRODA** 07.09.2022 | **Bułka z ziarnem( 1, 11 \* ) –** 60g **masło** ( **7**) – 10g, **ser żółty (7)**  30g, **ogórek zielony** 20g,  **herbata** **czarna,cukier**– 200ml**–303 kcal** |
| **czwartek** 08.09.2022 | **Bułka kajzerka** ( **1,\***) – 60g **masło** ( **7**) -10g, **pieczona pierś**  **z indyka (\* ) –** 25g**, pomidor** - 20g,  **herbata czarna ,cukier200ml****– 275 kcal** |
| **PIĄTEK** 09.09.2022 | **Bułka kajzerka ( 1 ) – 60g z masłem ( 7 ) – 10g, dżem z owoców bez cukru – 10g**  **herbata czarna,cukier-200ml - 264 kcal** |

JADŁOSPIS

**ŚNIADANIA**

**05.09.2022 r. – 09.09.2022 r.**

|  |  |
| --- | --- |
|  | ŚNIADANIE |
| **Poniedziałek** 12.09.2022 | **Bułka kajzerka( 1\* ) –** 60g **masło** ( **7**) – 10g, **ser żółty (7) –** 15g, **pomidor 20**g, **herbata** **czarna,cukier**– 200ml**–304 kcal** |
| **WTOREK** 13.09.2022 | **Bułka grahamka** ( **1\***) – 90g **masło** ( **7**) -10g, **pieczona pierś**  **z indyka (\* ) –** 25g**, ogórek zielony** - 20g, **herbata czarna ,cukier200ml– 342 kcal** |
| **ŚRODA** 14.09.2022 | **Bułka długa** ( **1, \***) – 90g,  **parówka z szynki na gorąco (\*) –** 50g**, ketchup „Pudliszki”**10g**,** **herbata czarna,cukier**– 200ml**443 kcal** |
| **czwartek** 15.09.2022 | **Bułka kajzerka( 1, \*** )– 60g, **masło** ( **7**) – 10g, **szynka gotowana**  **( \* ) –** 20 g, **ogórek kiszony** – 15g,  **herbata czarna,cukier 200ml– 271 kcal** |
| **PIĄTEK** 16.09.2022 | **Bułka kajzerka ( 1,\*)**  – 60g **ser biały** 20g **z pomidorem** 20g**(7) herbata czarna, cukier 200ml**  **100 kcal** |

JADŁOSPIS

**ŚNIADANIA**

**12.09.2022 r. – 16.09.2022 r.**