



Mariocik, ul. Akacjowa 28

www.mariocik.pl

e-mail: mariocik@mariocik.pl

tel. 607 695 469; 698 889 926

JADŁOSPIS DEKADOWY

2015-09-14	Pieczyno razowe, masło, szynka drobiowa, warzywo sezonowe	Owoce sezonowe	Kapusiak	Gulasz z warzywami	Kasza	Buraczki
2015-09-15	Pasta z kurczaka z warzywami, pieczywo razowe	Pieczyno razowe z pomidorem	Zupa jarzynowa z kaszą pęczak	Pulpety w sosie warzywnym	Ziemniaki	Ogórek kiszony
2015-09-16	Parówka drobiowa na gorąco, pieczywo z masłem, pomidor	Salatka warzywna z jajkiem	Zupa kalafiorowa	Ryż zapiekany z jabłkami i śmietaną		
2015-09-17	Pieczyno razowe, masło, wędlina drobiowa, warzywo sezonowe	Owoce sezonowe	Zupa pomidorowa	Filet drobiowy	Ziemniaki	Surówka z marchewki z chrzanem
2015-09-18	Pieczyno, masło, ser żółty, pomidor	Naleśnik z twarogiem b/c	Zupa buraczkowa	Filet rybny duszony w warzywach	Ziemniaki	
2015-09-21	Pieczyno, masło, szynka drobiowa, warzywo sezonowe	talarki z marchewki	Zupa ziemniaczana z groszkiem	Klopsiki duszone	Kasza	Kapusta czerwona
2015-09-22	Pieczyno, masło, pasta z jajka ze szczypiorkiem	Grzeczka z pomidorem	Barszcz ukraiński	Kotlet półmięsy z kaszą gryczaną	Ziemniaki	Surówka wielowarzywna
2015-09-23	Pieczyno, masło, twaróg, rzodkiewki	Grzeczka z wędliną	Krupnik	Bigos	Ziemniaki	
2015-09-24	Pieczyno, masło, szynka drobiowa, pomidor	Jogurt naturalny z miodem	Żurek	Udka duszone	Ryż	Surówka z marchewki z jabłkiem
2015-09-25	Pieczyno, masło, ser żółty, ogórek kiszony	Chrupki kukurydziane, marchewki talarki	Zupa koperkowa z ryżem	Filet rybny panierowany	Ziemniaki	Kapusta kiszona

Opracowała:
Violetta Dąbrowska
DIETETYK DYPLOMOWANY