



Mariocik, ul. Akacjowa 28

www.mariocik.pl

e-mail: mariocik@mariocik.pl

tel. 607 695 469; 698 889 926

JADŁOSPIS DEKADOWY

2015-10-12	Płatki na mleku, pieczywo, masło, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką	Pieczywo razowe z masłem, miód, kakao naturalne	Zupa ziemniaczana z groszkiem	Zraz po warszawsku z pietruszką w sosie	Kasza gryczana	Buraczki
2015-10-13	Pieczywo razowe, masło, szynka drobiowa, warzywo sezonowe	Tarta marchewka z selerem i jabłkiem	Zupa pomidorowa	Kotlet schabowy	Ziemniaki	Fasolka szparagowa
2015-10-14	Płatki kukurydziane na mleku, kanapki z serem żółtym, warzywo sezonowe	pasta z kurczaka z warzywami, pieczywo	Zupa jarzynowa	Ryż zapiekany z jabłkami i jogurtem naturalnym		
2015-10-15	Parówka drobiowa na gorąco, pieczywo razowe z masłem, warzywo sezonowe	Naleśnik z twarożkiem	Krupnik	Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym	Ziemniaki	Jabłko
2015-10-16	Pieczywo razowe, masło, pasta z jaja ze szczypiorkiem	Placki z dyni z cebulką	Zupa buraczkowa	Pulpet rybny w sosie koperkowym	Ziemniaki	Surówka wielowarzywna
2015-10-19	Pieczywo razowe, masło, szynka drobiowa, warzywo sezonowe	Wafle ryżowe ze słonecznikiem, pestkami dyni, jabłko	Żurek	Gulasz mięsny	Kasza	Ogórek kiszony
2015-10-20	Lane kluski na mleku, pieczywo razowe, masło, twarożek, miód	Grahamka z wędliną i sałatą	Zupa ogórkowa	Kotlet półmięsny	Ziemniaki	Kapusta kiszona z marchewką, jabłkiem i natką
2015-10-21	Pasta z kurczaka z warzywami, pieczywo razowe,	Sałatka warzywna z jajkiem	Barszcz ukraiński	Makaron z truskawkami i jeżynami, jogurt naturalny		
2015-10-22	Pieczywo, masło, wędlina drobiowa, warzywo sezonowe	Naleśniki z przecierem z jabłek	Zupa grochowa	Udko pieczone	Ziemniaki	Surówka z marchewki z chrzanem

Opracowała:
Violetta Dąbrowska
DIETETYK DYPLOMOWANY

2015-10-23	Pieczyno mieszane, masło, ser żółty, ogórek kiszony,	Ciasto drożdżowe z mąki razowej z rodzynkami, kawa zbożowa z mlekiem	Kapuśniak	Filet rybny duszony w warzywach	Ziemniaki	Jabłko
------------	---	---	-----------	------------------------------------	-----------	--------

Opracowała:
Violetta Dąbrowska
DIETETYK DYPLOMOWANY