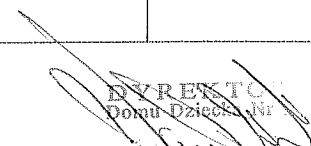


JADŁOSPIS DLA MŁODZIEŻY W WIEKU 10 – 18 LAT

Średnia dzienna wartość energetyczna posiłków ok. 2500 kcal

Data	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Musli z owocami suszonymi 40 g Mleko 250 ml bułka graham 50g masło 20g ser żółty 2 plastry 60g ogórek zielony 50 g, sałata zielona herbata 250 ml miód/dżem niskosłodzony,	Chleb żytni 2 kromki szynka drobiowa 50g masło 20g sałata 2 liście rzodkiewki 4szt jabłko 1 szt sok owocowy 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml ziemniaki 260g bitki wołowe duszone 100g surówka z buraków gotowanych 150g kompot 250 ml	Ananas 200g jogurt owocowy/naturalny	Chleb mieszany masło 20g indyk królewski 70g ser biały 80g szczypior, rzodkiewki 4szt, pomidor 1 szt dżem niskosłodzony musztarda, ketchup herbata 250ml
	Bułki kajzerki 50g chleb razowy 120 g masło 20g jajko gotowane 1 szt majonez szynka gotowana 70g papryka 50g pomidor 1szt miód / dżem niskosłodzony kakao/mleko 250ml	Chleb mieszany 2 kromki masło 20g ser żółty 2 plastry sałata banan 1 szt	Zupa ogórkowa 400ml frytki 200g udko z kurczaka pieczone 1 szt surówka z selera z rodzynkami 150g kompot 250 ml	Drożdżówka z owocem śliwki 200g	Chleb razowy 150g karczek pieczony 50g sałatka jarzynowa z majonezem 80g sałata 20g pomidor, 50g papryka 50g ser topiony 25g herbata 250ml
	Chleb razowy z nasionami masło 20g twarożek ze szczypiorkiem 100g kielbasa żywiecka 50g papryka 50g ogórek zielony 50g kawa zbożowa z mlekiem 250ml	Bułka graham 80g masło 20g pasztet drobiowy sałata ogórek kiszony 50g gruszka 1 szt	Zupa jarzynowa 400ml kasza jęczmienna 100g gulasz z indyka z warzywami 180g kisiel owocowy 200g	Jogurt owocowy orzechy 50g owoce suszone 50g	Chleb mieszany/razowy masło 20g paprykarz szczeciński 80g ser edam 50g ogonówka wędzona 50g pomidor 1 szt sałata 20g herbata 250ml

Data	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Jajecznica ze szczypiorem na maśle chleb razowy/ mieszany 150g ser gouda 2 plastry sałata ,pomidor herbata 250ml sok owocowo/jarzy nowy 200ml	Drożdżówka z serem jablko	Barszcz ukraiński 400ml filet rybny smażony 150g ziemniaki 260g surówka z kapusty kiszonej 150g kompot	Galaretka z owocami, jogurt	chleb/bułki kajzerki masło 20g sałatka grecka z serem feta 200g miód/ dżem niskosłodzony herbata250ml
sobota	Chleb, bułka 2szt schab pieczony 50g masło 20g zupa mleczna (mleko 200+ 25g płatki owsiane) ogórek zielony rzodkiewka, herbata250 ml	Melon 200g jogurt owocowy 1 szt	Zupa szczawiowa z jajkiem 400ml makaron spaghetti z sosem mięsno pomidorowym, 200+150g, kompot	Sałatka owocowa z owoców sezonowych ciasto	chleb/bułki masło 20g parówki 100g ser salami 50g papryka, pomidor musztarda , ketchup herbata 250ml
niedziela	Chleb/ bułki 2 szt pierś z kurczaka 50g twarożek ze śmietaną i szczypiorem 100g papryka, pomidor sałata musli z mlekiem 200ml herbata 250	Suszone morele 50g rodzynki 50g orzechy 50g sok owocowy200 ml	Rosół drobiowy z makaronem400ml ziemniaki 260g kotlet schabowy 130g surówka marchew z jabłkiem 150g kompot	Budyń mleczny z owocami sok owocowy 200 ml	Chleb/ bułki razowe 2 szt masło20g pasta rybna 50g szynka tradycyjna 50g papryka 50g ogórek zielony 50g sałata 20g miód/ dżem niskosłodzony herbata 250ml
	Musli z mlekiem chleb razowy z nasionami masło 20g kiełbasa śląska, musztarda ogórek herbata 250ml	Bułka kajzerka masło 20g serek tartar sałata, rzodkiewka 4 szt banan	Zupa krupnik z kaszy 400ml kopytka z boczkiem 250g kapusta zasmażana 150g kompot 250ml	Kiwi ciasteczka petitki 1 op.	Zapiekanki z serem ,szynką i pieczarkami 2 szt pomidor 1 szt majonez , ketchup herbata


 Dyrektor
 Domu Dziecka Nr
 Artur Nawrot

Data	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	Płatki kukurydziane z mlekiem , bułka kajzerka, chleb mieszany z nasionami. Masło 20g pasztet drobiowy 50g ser camembert miód/dżem niskosłodzony herbata 250ml	Bułka graham z ziarnami masło 20g szynka drobiowa 2 plastry sałata marchewki surowe	Zupa krem z brokuła z grzankami 250ml ziemniaki 260g kotlet mielony 100g buraczki zasmażane 150g kompot	Jogurt Jogobella, winogrono 200g	Bułka/ chleb mieszany masło 20g sałata z kurczakiem, kukurydzą i sosem majonezowym, ser edam 2 plastry, miód/dżem herbata 250ml z cytryną
	Musli z suszonymi owocami , mleko/jogurt naturalny chleb żytni z ziarnami masło parówki 100g musztarda ketchup ser biały 50g sałata, pomidor herbata 250ml	Bułka kajzerka masło 20g kiełbasa krakowska sałata, rzodkiewki jabłko	Zupa kapuśniak placki ziemniaczane 4 szt ze śmietaną i cukrem kompot	Sałatka owocowa (gruszki, śliwki, jabłka pomarańcza) jogurt	Chleb mieszany/ bułki kajzerki z sezamem masło 20g sałatka makaronowa z brokułem z sosem majonezowym pomidor herbata z cytryną
	Zupa mleczna kasza manna z sokiem owocowym chleb/ bułki z nasionami masło 20g polędwica łososiowa 2 plastry, ser aldamer 2 plastry sałata, ogórek zielony herbata z cytryną	Jogurt do picia owocowy 200 ml. Banan 1 szt	Zupa gulaszowa 300g ryż , pierś z kurczaka duszona z warzywami fasola szparagowa z masłem 150g kompot	Budyń mleczny z owocami, sok warzywno owocowy 200ml	Naleśniki z serem na słodko 2szt herbata z cytryną
	Mleko 200ml płatki kukurydziane chleb żytni masło 20g jajecznicza ze	Bułka grahamka masło 20g ser gouda 2 plastry, sałata rzodkiewki	Zupa barszcz czerwony z makaronem 400ml ziemniaki 260g śledź w śmietanie 100g	Galaretka z owocami sok owocowy 200ml	Chleb z ziarnami mieszany masło 20g twarożek Tartar 50g

DYREKTOR
 Domu Dziecka Nr 3
 Artur Nawrot

Data	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	szczypiorem, pomidor herbata z cytryną	jablko	kompot		paprykarz z łososia pomidor ,sałata herbata z cytryną
sobota	Musli z owocami, mleko 200ml chleb razowy/bułki kajzerki masło 20g kielbasa szynkowa 2 plastry ser edamski 2 plastry sałata lodowa ogórek zielony herbata z cytryną	Rogal maślany jogurt z owocami	Zupa żurek z jajkiem kasza jęczmienna 100g gulasz z indyka surówka z kapusty białej kompot	Twarożek Danio Pomarańcza 1 szt	Chleb mieszany/razo wy masło 20g kielbasa salami 2 plastry sałatka jarzynowa z majonezem pomidor herbata z cytryną
niedziela	Mleko , płatki zbożowe z czokoladą Twarożek ze śmietaną ze szczypiorem i rzodkiewką karczek pieczony 2 plastry, pomidor ,sałata herbata z cytryna	Mieszanka studencka , (suszone owoce i orzechy) sok warzywno owocowy 200 m	Rosół drobiowy z makaronem 400ml ziemniaki 260g' żeberka duszone z warzywami surówka pora z jabłkiem i sosem majonezowym kompot	Ciasto drożdżowe sok owocowy 200m	Chleb razowy/ mieszany masło 20g sałatka z szynką, ser gouda 2 plastry ogórek zielony sałata herbata z cytryną
	Zupa mleczna płatki owsiane chleb/ bułki graham masło 20g szynka z drobiu 40g pasztet pieczony 50g pomidor herbata z cytryną	Bułka kajzerka masło kielbasa żywiecka 40g sałata, jablko	Zupa jarzynowa ziemniaki 260g pulpety drobiowe w sosie koperkowym 150g surówka z buraczków gotowanych kompot	Kiwi jogurt	Chleb mieszany z ziarnami masło 20g twarożek wiejski metka 40g pomidor herbata z cytryną
	Mleko 200ml płatki kukurydziane	Bułka kajzerka masło 20g	Zupa pomidorowa z ryżem pierogi z serem na	Budyń mleczny z owocami	Chleb razowy/miesza ny

DYREKTOR
 Domu Dziecka Nr 3

 Artur Nawrot

Data	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	40g chleb razowy/ mieszany masło 20g jajko gotowane 1 szt szynka gotowana 40g ogórek zielony	ser gouda 2 plastry sałata sok wielowarzyw ny 200ml	słodko kompot		masło 20g leczko z kielbasą miód/ dżem niskosłodzony herbata z cytryną
	Kakao 200ml chleb mieszany/razo wy, masło 20g parówki 100g musztarda ketchup ser edamski 2 plastry pomidor herbata z cytryną	Chleb razowy masło mielonka wieprzowa 2 plastry sałata gruszka	Zupa kalafiorowa ziemniaki 260g bigos 200g kompot	Jogurt , winogrono 200g	Chleb mieszany/razo wy masło 20g sałatka grecka z serem feta , kielbasa szynkowa 2 plastry miód/dżem niskosłodzony herbata z cytryną
	Mleko 200ml płatki zbożowe z czekoladą chleb razowy/miesza ny masło 20g twaróg pasztet wędzony drobiowy ogórek zielony papryka	Bułka kajzerka masło 20g kielbasa krakowska 2 plastry sałata jabłko	Zupa grzybowa z makaronem 400ml Ziemniaki 260g udko z kureczaka duszone w białym sosie surówka colesław z białej kapusty kompot	Serek Danio mandarynka	Chleb mieszany/razo wy masło 20g szynka drobiowa 2 plastry serek topiony 50g pomidor
	Zupa mleczna płatki owsiane chleb/bułki kajzerki masło 20g pasta rybna 50g sałata, pomidor dżem/ miód herbata z cytryną	Bułka graham masło 20g twarożek Tartar sałata mandarynka	Zupa fasolowa ziemniaki 260g filet z ryby zapiekany z warzywami i żółtym serem brokuł gotowany	Sok wielowarzywn y 200ml gruszka	Chleb mieszany/razo wy sałatka jarzynowa jajko ogórek zielony herbata z cytryną
	Chleb razowy/ mieszany masło 20g omlet z szynką	Jogurt naturalny z suszonymi owocami	Zupa prowansalska kopytka z boczkiem i kapustą zasmażaną kompot	Budyń mleczny z owocami sok owocowy	Chleb mieszany/ razowy masło 20g

DYREKTOR
 Domu Dziecka Nr 3
 Artur Nawroś

Data	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	dżem /miód pomidor herbata z cytryną	śliwki,morele , rodzynki		200ml	sałatka z kurczakiem grillowanym i sosem vinegret dżem/miód herbata z cytryną
	Chleb mieszany/razo wy masło20g karczek pieczony 40g ser biały 1 plaster pomidor,papry ka dżem/miód mleko 200ml płatki kukurydziane herbata	Jogurt owocowy200 ml kiwi	Zupa jarzynowa frytki 200g kotlet z piersi kureczaka 130g surówka z kiszanej kapusty kompot	Ciasto sernik sok owocowy200m	Chleb mieszany/razo wy masło 20g kiełbasa z fileta na ciepło musztarda ,ketchup serek wiejski papryka ,ogórek zielony herbata z cytryną
	Mleko 200 płatki zbożowe z owocami chleb mieszany/bułki graham masło 20g mielonka wieprzowa 2 plastry ser tylżycki 2 plastry papryka, ogórek herbata z cytryną	Bułka kajzerka masło kiełbasa żywiecka sałata marchewki świeże	Zupa z soczewicy pyzy z mięsem surówka z kapusty czerwonej 150g kompot	Pomarańcza herbatniki petitki 1 op	Chleb mieszany/razo wy masło 20g szynka gotowana 50g tofu pomidor herbata z cytryną
	Mleko , musli owocowe, chleb mieszany/razo wy schab wędzony 2 plastry, ser rolada giżycka 2 plastry masła20g papryka	Bułka pszenna, masło 20g szynka konserwowa 1 plaster rzodkiewki 4 szt sok owocowy 200 ml	Zupa ogórkowa kasza jęczmienna100g gulasz wieprzowy130g mizeria 150 g kompot	Sok owocowo- warzywny 200ml\ gruszka	Pieczycwo mieszane /razowe masło 20g fasolka po bretońsku 200g ser żółty królewski 2 plastry herbata z cytryną


 DZIECKO
 Domu Dziecka Nr
 Anna Nawrot

Dom Dziecka Nr 3 (2)

60-461 Poznań, ul. Suwalska 197

tel. 61 834 58 78, fax 61 834 58 77

NIP 783-16-61-305, REGON 301503202

Data	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	<p>pomidor ,miód/dżem niskosłodzony</p>				<p>miód/dżem</p>
	<p>Chleb mieszany/ razowy masło 20g Jajecznica na maśle z 2jaj ze szczypiorem szynka drobiowa 2 plastry serek topiony Hohland 1 szt miód/dżem pomidor sałata mleko/herbata z cytryną</p>	<p>Bulka graham masło ser żółty Aldamer 2 plastry papryka jabłko</p>	<p>Zupa barszcz czerwony czysty krokiet z mięsem 2 szt ziemniaki 260g kurczak w sosie pieczarkowym sałata z sosem vinegret150g kompot</p>	<p>Banan sok owocowy 200ml</p>	<p>Chleb mieszany /razowy masło ryż zapiekany z jabłkami , cynamonem i śmietaną dżem/ miód herbata z cytryną</p>
	<p>Pieczywo mieszane/razo we,masło 20g mleko, kakao 200ml twarożek z rzodkiewką 100g pasztet drobiowy 50g pomidor, sałata musli, dżem, jogurt naturalny herbata z cytryną</p>	<p>Drożdżówka banan</p>	<p>Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty, makaron z sosem pomidorowym z mięsem drobiowym i warzywami gotowanymi(marchew , kalafior, brukselka) kompot</p>	<p>Salatka owocowa (winogrono, pomarańcza, jabłko)</p>	<p>Pieczywo mieszane/razo we masło 20g kiełbaski na gorąco 100g musztarda, ketchup ogórek kiszony ser żółty Edam 2 plastry herbatą z cytryną</p>
	<p>Zupa mleczna płatki owsiane pieczywo mieszane/razo we, masło 20g paprykarz szczeciński 50g ser żółty Edamski 2 plastry</p>	<p>Bulka kajzerka masło twarożek tartar , sałata .rzodkiewki</p>	<p>Zupa jarzynowa z pomidorami ziemniaki paluszki rybne smażone 150g warzywa gotowane(marchew ,brokuł,) kompot</p>	<p>Budyń mleczny200ml z owocami sok owocowo- warzywny 200ml</p>	<p>Pieczywo mieszane masło zapiekanka warzywna z makaronem żółtym serem miód/dżem herbata250</p>
sobota	<p>Musli, mleko 200ml</p>	<p>Suszone morele</p>	<p>Zupa rosolnik z ryżem ziemniaki 260g</p>	<p>Ciasto babka sok owocowo-</p>	<p>Pieczywo mieszane/razo</p>

DYREKTOR
Domu Dziecka Nr 3
Artur Nawrot

Data	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	pieczywo mieszane /razowe z ziarnami masło 20g baleron 50g serek wiejski 100g pomidor ,papryka herbata z cytryną	,śliwki, rodzynki i orzechy 100g jogurt naturalny	kotlet mielony drobiowy 130g surówka z buraków z jabłkiem kompot	warzywny	we masło , sałatka grecka z serem feta i oliwkami ser żółty Królewski 2 plastry miód/dżem niskosłodzony herbata z cytryną
niedziela	Musli z mlekiem 200 ml/ jogurtem naturalnym sałatka jarzynowa z sosem majonezowym szynka gotowana 50g pieczywo mieszane /żytnie pomidor dżem/ miód herbata z cytryną	Twarożek homogenizowany z owocami i orzechami sok owocowo-warzywny	Zupa krem jarzynowa z brokułem i grzanką ziemniaki 260g kotlet schabowy 130g surówka z selera z rodzynkami kompot	Ciasto sernik sok owocowo-warzywny	Pieczywo mieszane/razowe masło sałatka z kurczakiem grillowanym, kukurydzą, papryką i ogórkiem kiszonym z sosem winegret toffu dżem/ miód herbata z cytryną
	Mleko 200ml płatki zbożowe jajko gotowane 1 szt, poledwica sopocka 2 plastry majonez ,ketchup ser żółty Edam ogórek zielony herbata z cytryną	Marchewki surowe bułka pszenna masło kielbasa żywiecka 40g sałata jogurt	Zupa ziemniaczana pizza 250g talerz warzyw surowych(sałata ,pomidor,papryka ,ogórek) sos pomidorowy lub czosnkowy kompot	Kiwi sok owocowo-warzywny 230 ml	Pieczywo mieszane/razowe masło parówki na ciepło musztarda, ketchup serek Kiri papryka ,ogórek zielony dżem/ miód herbata z cytryną 250ml
	Zupa mleczna kasza manna z sokiem owocowym	Bułka kajzerka masło 20g pasztet	Zupa grochówka pierogi z serem na słodko marchewka z jabłkiem	Jogurt naturalny banan	Pieczywo miwshane/razowe masło 20g

Data	I śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
	twarożek wiejski z ziołami pieczywo mieszane masło szynka drobiowa 2 plastry sałata papryka herbata z cytryną	pieczony ogórek kiszony jabłko	kompot		ser salami 40g kielbasa salami 40g sałata, ogórek kiszony miód/dżem niskosłodzony herbata z cytryną


DYREKTOR
Domu Dziecka INŻ.
Artur Nawrot