***Załącznik nr 3 do zapytania ofertowego z dnia 07.12.2022 r.***

**Przykładowy JADŁOSPIS**

1.Poniedziałek

**II śniadanie:** Bułka z żółtym serem + warzywo lub owoc

**Obiad:** Pomidorowa z ryżem 200 ml

Kotlet schabowy panierowany 100 g

Ziemniaki 100g

Marchewka z groszkiem 100g,

Kompot

**Podwieczorek:** Jogurt

2.Wtorek

**II śniadanie:** Bułka z wędliną, warzywo lub owoc + kakao

**Obiad:** Krupnik z ryżem 200 ml

Pierogi z nadzieniem, lub ( racuchy drożdżowe, ryż na leku z musem jabłkowym) 4 szt.

Kompot

**Podwieczorek:**  Budyń

3.Środa

**II śniadanie:** Bułka lub pieczywo z wędliną, warzywo lub owoc + sok

**Obiad:** Rosół z makaronem 200 ml

Potrawka z kurczaka 100 g

Ziemniaki 100g

Marchewka (surówka)100g,

Kompot

**Podwieczorek:** Kisiel

4.Czwartek

**II śniadanie:** Bułka z serem, warzywo lub owoc

**Obiad:** Ogórkowa 200 ml

Naleśniki z serem lub dżemem 2 szt.

Kompot

**Podwieczorek:** Drożdżówka lub ciasto

5.Piątek

**II śniadanie:** Bułka z białym serem, warzywo lub owoc + kawa z mlekiem

**Obiad:** Pieczarkowa z makaronem 200 ml

Kotlet mielony lub ryba 100 g

Ziemniaki 100g

Buraczki 100g

Kompot

**Podwieczorek:** Galaretka