

TRZYDNIOWY JADŁOSPIS NA UPAŁY

dla dwulatka

DZIEŃ III

ŚNIADANIE

- Jajecznica na parze ze szczypiorkiem, rzodkiewki, grahamka z masłem, sok ze świeżych owoców

II ŚNIADANIE

- Jogurt naturalny z przecierem ze świeżych owoców

OBIAD

- Zupa kalafiorowa
- Pieczony filet z łososia z młodymi ziemniakami i brokułami gotowanymi na parze

PODWIECZOREK

- Domowy budyń z malinami

KOLACJA

- Ryż zapiekany z jabłkami z cynamonem

