

JADŁOSPIS MIESIĘCZNY

TYDZIEŃ I

PONIEDZIAŁEK

Zupa jarzynowa z ryżem 180 kcal
Makaron z kurczakiem w sosie
śmietanowo- szpinakowym 337 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY:1,7

WTOREK

Barszcz z uszkami 192 kcal
Karczek w sosie musztardowym 192,8 kcal
Kasza pęczak 120 kcal
Ogórek kiszony 7 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY:1,3,7

ŚRODA:

Zupa kalafiorowa z makaronem 198,9 kcal
Sznycel 154 kcal
Ziemniaki z koperkiem 111 kcal
Surówka 32 kcal
Kompot owocowy 123 kcal

ALERGENY:1,3,7

CZWARTEK:

Zup ogórkowa z ziemniakami 320,1 kcal
Ryż z zapiekany cynamonowym jabłkiem 337 kcal
Kompot owocowy 89 kcal

ALERGENY: 7

PIĄTEK:

Krem z białych warzyw z grzankami 180 kcal
Paluszki rybne 254 kcal
Młode ziemniaki z koperkiem 95 kcal
Surówka 40 kcal
Kompot owocowy 168 kcal

ALERGENY:1, 3, 4, 7,

TYDZIEŃ II

PONIEDZIAŁEK

Krupnik cielęcy z kaszą jęczmienną 221 kcal
Ryż z truskawkami 337 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY:1,7

WTOREK

Grochówka 252 kcal
Pulpety w sosie ze świeżych pomidorów 220 kcal
Kasza jaglana 122 kcal
Kapusta biała 43 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY: 7

ŚRODA:

Rosół z makaronem 154 kcal
Kotlet schabowy 180 kcal
Ziemniaki 128,5 kcal
Marchewka 77 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY:1,3,7

CZWARTEK:

Zupa pieczarkowa z makaronem 150 kcal
Gulasz drobiowy w sosie warzywnym 186 kcal
Kasza bulgur 103 kcal
Kompot owocowy 80 kcal

ALERGENY:1,7

PIĄTEK:

Krem ze słodkich papryk z grzankami 163,3 kcal
Ryba pieczona 254 kcal
Ziemniaki z koperkiem 95 kcal
Buraczki 40 kcal
Kompot owocowy 95,40 kcal

ALERGENY:1,3,4,7

TYDZIEŃ III

PONIEDZIAŁEK

Żurek z ziemniakami 235,8 kcal
Makaron z boczkiem i sosem brokurowym 443,7 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY: 1,7

WTOREK

Krem z dyni z grzankami 246,3 kcal
Stripsy z kurczaka 156 kcal
Ziemniaczki 103 kcal
Surówka 60,3 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY:1,3,7,11

ŚRODA:

Zupa krem z zielonych warzyw 207 kcal
Kurczak duszony w sosie serowym z ryżem 395 kcal
Surówka 85 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY:1,7

CZWARTEK:

Barszcz czerwony z ziemniakami 216 kcal
Karczek pieczony 192 kcal
Kasza jęczmienna 120 kcal
Surówka 7 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY:1,7

PIĄTEK:

Zupa pieczarkowa z makaronem 150 kcal
Kotlet rybno- warzywny
Ziemniaki 95 kcal
Surówka 32 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY: 1,3,4,7

TYDZIEŃ IV

PONIEDZIAŁEK

Zupa grysikowa 210 kcal
Makaron świderki z sosem bolońskim 275 kcal
Kompot owocowy 123 kcal

ALERGENY:1,3,7

WTOREK

Kapuśniak 190 kcal
Kotlet schabowy 124,3 kcal
Ziemniaki z koperkiem 103, kcal
Surówka z marchewki z pomarańczą 56,9 kcal
Kompot owocowy 102,kcal

ALERGENY: 1,3

ŚRODA:

Zupa szczawiowa z drobnym makaronem 176 kcal
makaron z serem 321 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY:1,3

CZWARTEK:

Zupa ziemniaczana 310 kcal
Pierś z kurczaka w sosie pieczeniowym
z ryżem 230,2 kcal
Surówka 56,9 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY: 1,3,7

PIĄTEK:

Zupa pomidorowa z makaronem 252 kcal
Miruna panierowana 242 kcal
Ziemniaki 95 kcal
Surówka 35 kcal
Kompot owocowy 102 kcal

ALERGENY:1,3,4,7