

JADŁOSPIS

14.06 - 18.06.2021r.

<u>Data</u>	<u>Obiad</u>	<u>Wart.</u> <u>energetyczna</u>
PONIEDZIAŁEK 14.06	Łazanki z młodą kapustą i mięsem, kompot, jogurt owocowy.	497 kcal
ALERGENY	1,3,7	
WTOREK 15.06	Kotlet mielony, puree ziemniaczane, sałata w sosie jogurtowym, lemoniada.	488 kcal
ALERGENY	1,3,7	
ŚRODA 16.06	Gulasz wołowy, kasza bulgur / gryczana, ogórek małosolny w porcji, kompot owocowy.	373 kcal
ALERGENY	1,7	
CZWARTEK 17.06	Kotlet z piersi kurczaka, puree ziemniaczane, surówka wiosenna, lemoniada.	498 kcal
ALERGENY	1,3,7	
PIĄTEK 18.06	Makaron tagliatelle z łososiem, szpinakiem i serkiem, kompot owocowy.	480 kcal
ALERGENY	1,3,4,7	

Sporządziła: Wójcik Angelika

wielkość porcji :

- ziemniaki 180 g-190 g
- kasza, ryż 80 g-100 g
- porcja mięsa, ryby 90 g-100 g
- surówka 130 g-150 g
- kompot, lemoniada , herbata, sok 200 ml

Składniki potraw dostępne u intendentki.

Jadłospis może ulec zmianie.