

JADŁOSPIS

21.06-24-06.2021r.

<u>Data</u>	<u>Obiad</u>	<u>Wart. energetyczna</u>
PONIEDZIAŁEK 21.06	Makaron z serem białym i świeżymi truskawkami, sok z pierwszego tłoczenia.	495 kcal
ALERGENY	1,3,7	
WTOREK 22.06	Młode ziemniaki z koperkiem, udko pieczone z kurczaka, sałata w sosie jogurtowym, lemoniada.	532 kcal
ALERGENY	1,3,7	
ŚRODA 23.06	Polędwiczka wieprzowa w sosie własnym, kasza jęczmienna, surówka wiosenna, kompot.	551 kcal
ALERGENY	1,7	
CZWARTEK 24.06	Młode ziemniaki z koperkiem, kotlet schabowy, mizeria w sosie jogurtowym, lemoniada.	541 kcal
ALERGENY	1,3,7	

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 intendenci.

Jadłospis może ulec zmianie.