

JADŁOSPIS

25.01 - 29.01.2021r.

<u>Data</u>	<u>Obiad</u>	<u>Wart.</u> <u>energetyczna</u>
PONIEDZIAŁEK 25.01	Makaron z serem białym i musem truskawkowym, sałatka owocowa.	568 kcal
ALERGENY	1,3,7	
WTOREK 26.01	Kotlet schabowy, puree ziemniaczane, bukiet warzyw gotowanych, sok z pierwszego tłoczenia.	582 kcal
ALERGENY	1,3,7,9	
ŚRODA 27.01	Gulasz węgierski, kasza jęczmienna, surówka z kapusty pekińskiej i jabłek w sosie majonezowym, mandarynka, kompot owocowy.	616 kcal
ALERGENY	1,3,7,9	
CZWARTEK 28.01	Udko pieczone z kurczaka, puree ziemniaczane, sałatka szpinakowa, jogurt owocowy, kompot.	641 kcal
ALERGENY	1,7	
PIĄTEK 29.01	Kotlet mielony z miruny, ziemniaki z koperkiem, surówka z kapusty czerwonej w sosie jogurtowym, jabłko, kompot owocowy.	516 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 intendenci.

Jadłospis może ulec zmianie.