

JADŁOSPIS

01.02 – 05.02.2021r.

<u>Data</u>	<u>Obiad</u>	<u>Wart.</u> <u>energetyczna</u>
PONIEDZIAŁEK 01.02	Spaghetti z sosem dyniowo – mięsnym, banan, kompot owocowy.	427 kcal
ALERGENY	1,3,7	
WTOREK 02.02	Kotlet jajeczny, puree ziemniaczane z koperkiem, surówka z ogórka kiszzonego, jabłko, kompot owocowy.	548 kcal
ALERGENY	1,3,7,9,10	
ŚRODA 03.02	Makaron penne z kurczakiem, szpinakiem i serkiem, sok z pierwszego tłoczenia.	410 kcal
ALERGENY	1,3,7	
CZWARTEK 04.02	Polędwiczka wieprzowa w sosie musztardowym, ziemniaki, buraczki na zimno, mandarynka, kompot owocowy.	542 kcal
ALERGENY	1,3,7,9,10	
PIĄTEK 05.02	Filet z mintaja, ryż na sypko, sałatka colesław, kompot owocowy.	359 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.