

JADŁOSPIS

13.09-17.09.2021r.

<u>Data</u>	<u>Obiad</u>	<u>Wart.</u> <u>energetyczna</u>
PONIEDZIAŁEK 13.09	Żurek z jajkiem, łazanki z kapustą i mięsem, jabłko, kompot owocowy.	622 kcal
ALERGENY	1,3,7,9	
WTOREK 14.09	Zupa szczawiowo-szpinakowa z ryżem, ziemniaki, kotlet mielony wieprzowy, buraczki na zimno, kompot owocowy.	553 kcal
ALERGENY	1,3,7,9	
ŚRODA 15.09	Zupa pieczarkowa, ryż na sypko, pierś z kurczaka w panierce kukurydziano-owsianej, bukiet warzyw gotowanych, kompot.	590 kcal
ALERGENY	1,3,7,9	
CZWARTEK 16.09	Krem z dyni z grzankami, ziemniaki, schab pieczony w sosie chrzanowym, surówka z kapusty kiszonej, kompot owocowy.	606 kcal
ALERGENY	1,3,7,9	
PIĄTEK 17.09	Zupa zacierkowa, ziemniaki, filet z mintaja, surówka z marchwi, jabłek i ananasa w sosie jogurtowym, kompot owocowy.	639 kcal
ALERGENY	1,3,4,7,9	

Sporządziła: Wójcik Angelika

wielkość porcji :

- zupa 250-300 ml
- ziemniaki 150 g-160 g
- kasza, ryż 80 g-100 g
- porcja mięsa, ryby 90 g-100 g
- surówka 100 g-130 g
- kompot, lemoniada , herbata, sok 200 ml

Składniki potraw dostępne u intendenci.

Jadłospis może ulec zmianie.