



Jadłospis

Od 09.05.2022 r. do 13.05.2022 r.

kaloryczność 779-953 kcl

B-21.7-43.3g

T -28.9-33.7g

W-97.4-140.7g

Poniedziałek

Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami, zabilany

(1,7,9) wyw.wieprzowy, z zieloną pietruszką

kluszczyki na parze z marmoladą

i sosem truskawkowo-jogurtowym(1,3,7)

soczek owocowy

Wtorek

Grysikowa na wywarze drobiowym (1,9) z pietruszką zieloną i marchewką,

makaron spaghetti z mięsem mielonym z szynki wieprzowej

warzywami (marchew, cebulka, pietruszka, seler, czosnek)

w sosie pomidorowym, serek żółty Gouda (1,7)

kompot owocowy

banan

Środa

Jarzynowa z makaronem literki ,fasolką szparagową

brukselką, zabilana (1,7,9)kotlecik mielony z mięsa mieszanego

(drobiowo-wieprzowe)smażony, ziemniaki (1,3,7)

sałatka zielona, pomidor z jogurtem (7)

woda 0,5 l

Czwartek

Krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym(1,3,7,9)

grillowany kurczak gyros, ryż z kurkumą na sypko

surówka z kapusty pekińskiej, ogórka , kukurydzy

koperku, z sosem jogurtowo-czosnkowym(1,7)

kompot owocowy

Piątek

Rosół z lanym ciastem, marchewką, pietruszką świeżą(1,7,9)

puree ziemniaczane (7) miruna smażona(1,3,4)

surówka z kapusty kiszonej i jabłuszka , marchewki

kompot owocowy

