



Jadłospis

Od 28.11.2022 r. do 2.12.2022 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 warzywami
świeżą pietruszką(1,3,7,9) kluski na parze
z marmoladą owocową (1,3,7)
jogurt owocowy do picia (7)



Wtorek MIKOŁAJKI

Zupa krem z groszku łupanego z groszkiem ptysiowym(1,9)

grillowany kurczak gyros, ryż z kurkumą
surówka z kapusty pekińskiej
ogórka, pomidora, kukurydzy i koperku w sosie czosnkowym (7)
kompot owocowy
(słodka niespodzianka)

Środa

Zupa ziemniaczana z fasolką szparagową (1,7,9)
makaron spaghetti z mięsem mielonym z szynki wieprzowej
z warzywami (marchew, cebulka, pietruszka, seler, czosnek)
w sosie pomidorowym, serek żółty Gouda(7)

kompot owocowy
jabłko

Czwartek

Pomidorowa z makaronem (1,9)
z marchewką i pietruszką zieloną, kasza jęczmienna
gulasz wieprzowy , buraczki czerwone (1,7)

kompot owocowy
serek waniliowy (7)

Piątek

Grysikowa na wywarze drobiowym (1,9)
paluszki rybne z mintaja , ziemniaki puree
kapusta kiszona z marchewką (7,6,4,3,1)

soczek owocowy

