

Jadłospis dekadowy na okres: Od 4.09 do 15.09.2023 roku

Data	Jadłospis	Gramatura	Kalorie	
2.09.2024 poniedziałek	wiejska	400ml	260	
	kotlet mielony	90g	248	
	surówka z marchewki	60g	82	
	ziemniaki z koperkiem , herbata owocowa	170g,200ml	156.42	
3.09.2024 wtorek	barszcz czerwony	400ml	211	
	schab pieczony w sosie własnym	150g	210	
	sałata w sosie vinegrett	50g	69	
	kasza jęczmienna , kompot owocowy	150g,200ml	205.108	
4.09.2024 środa	krupnik z kaszy	400ml	276	
	stripsy drobiowe	90g	135	
	surówka tajska	90g	95	
	ziemniaki z koperkiem, herbata owocowa	170g,200ml	156.42	
5.09.2024 czwartek	jarzynowa	400ml	297	
	placek ziemniaczany po węgiersku	250g	411	
	placek ziemniaczany ze śmietaną	200g	268	
	kompot owocowy	200ml	108	
6.09.2024 piątek	grochowa	400ml	361	
	ryba panierowana, ziemniaki*	90g,170g	232.156	* danie do wyboru
	pierogi ruskie*	200g	436	
	surówka z kiszonej kapusty, herbata owocowa	90g, 200ml	75.42	
9.09.2024 poniedziałek	żurek śląski	400ml	324	
	kurczak w sosie curry	150g	182	
	bukiet jarzyn	50g	15	
	ryż, herbata owocowa	150g,200ml	147.42	
10.09.2024 wtorek	rosół drobiowy	400ml	260	
	befszyk z cebulką	90g	248	
	buraczki	90g	135	
	ziemniaki z koperkiem , kompot owocowy	170g, 200ml	156.108	
11.09.2024 środa	kalafiorowa	400ml	297	
	spaghetti po bolońsku	250g	490	
	ogórek kiszony	30g	5	
	herbata owocowa	200ml	42	
12.09.2024 czwartek	pomidorowa z ryżem	400ml	237	
	filet drobiowy panierowany	90g	135	
	mizeria	50g	82	
	ziemniaki z koperkiem , kompot owocowy	170g, 200ml	156.108	
13.09.2024 piątek	kapuśniak	400ml	324	* danie do wyboru
	kotlet rybny w sosie greckim*	180g	280	
	ziemniaki z koperkiem	170g	156	
	naleśniki z serem i polewą owocową*	2 szt	380	
	herbata owocowa	200ml	42	

