

# JADŁOSPIS

31.03 – 04.04.2025r.

<u>Data</u>	<u>Obiad</u>	<u>Wart. energetyczna</u>
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 31.03	Zupa jarzynowa, makaron spaghetti z sosem bolognese i serem mozzarella, herbata z cytryną i imbirem.	650 kcal
<b>ALERGENY</b>	<b>Zupa ( 1,7,9 ) Drugie danie ( 1,3,6,7,9,10 )</b>	
<b>WTOREK</b> 01.04	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty, gyros z kurczaka, ziemniaki opiekane, surówka z kapusty pekińskiej, kompot owocowy.	690 kcal
<b>ALERGENY</b>	<b>Zupa ( 1,9 ) Drugie danie ( 1,3,6,7,9 )</b>	
<b>ŚRODA</b> 02.04	Zupa kalafiorowa, gulasz węgierski z mięsem wieprzowym, kasza gryczana, ogórek konserwowy, kompot owocowy.	600 kcal
<b>ALERGENY</b>	<b>Zupa ( 1,7,9 ) Drugie danie ( 1,9,10 )</b>	
<b>CZWARTEK</b> 03.04	Zupa krupnik jęczmienny, pieczony kotlet z piersi kurczaka, ziemniaki z wody, surówka colesław, woda z cytryną.	660 kcal
<b>ALERGENY</b>	<b>Zupa (1,9) Drugie danie ( 1,3,7,9 )</b>	
<b>PIĄTEK</b> 04.04	Zupa grochowa, pieczywo mieszane, ryż z jabłkiem i śmietaną, kompot owocowy.	690 kcal
<b>ALERGENY</b>	<b>Zupa ( 1,7,9 ) Drugie danie ( 7 )</b>	

Sporządziła: Wolińska Małgorzata

**wielkość porcji :**

- zupa 250-300 ml
- ziemniaki 150 g-160 g
- kasza, ryż 80 g-100 g
- porcja mięsa, ryby 90 g-120 g
- surówka 100 g-130 g
- kompot, lemoniada , herbata, sok 200 ml

*Jadłospis może ulec zmianie.*