

JADŁOSPIS TYGODNIOWY

OD 02.10 - DO 06.10.2017

<p>Poniedziałek 02.10.2017</p>	<p>Rosół z makaronem Udka z kurczaka pieczone Fasolka szparagowa Ziemniaki z koperkiem Kompot wieloowocowy Nektarynka</p>	<p>300 ml 185 kcal 150 g 282 kcal 80 g 73 kcal 200 g 150 kcal 200 ml 46 kcal 1 szt 35 kcal <b>770 kcal</b></p>
<p>Wtorek 03.10.2017</p>	<p>Zupa krem z pomidorów z groszkiem ptysiowym Bitka wieprzowa w sosie własnym Surówka z białej kapusty z warzywami Ziemniaki z koperkiem Kompot z jabłek Winogrona</p>	<p>300 ml 178 kcal 100 g 181 kcal 80 g 125 kcal 200 g 150 kcal 200 ml 43 kcal 1 szt 48 kcal <b>724 kcal</b></p>
<p>Środa 04.10.2017</p>	<p>Zupa jarzynowa z zieleniną Kotlet pożarski Mizeria Ziemniaki z koperkiem Kompot z wiśni Gruszka</p>	<p>300 ml 141 kcal 110 g 288 kcal 100 g 35 kcal 200 g 150 kcal 200 ml 49 kcal 1 szt 62 kcal <b>725 kcal</b></p>
<p>Czwartek 05.10.2017</p>	<p>Zupa koperkowa z makaronem Gulasz wieprzowy z warzywami Surówka z pomidorów ze szczypiorkiem Kasza bulgur Kompot ze śliwek Marchewka</p>	<p>300 ml 73 kcal 110 g 242 kcal 80 g 30 kcal 120 g 373 kcal 200 ml 48 kcal 50 g 10 kcal <b>777 kcal</b></p>
<p>Piątek 06.10.2017</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietr. Kotlet mielony z dorsza świeżego Surówka z kiszanej kapusty i marchwi Ziemniaki z koperkiem Kompot z malin Banan</p>	<p>300 ml 165 kcal 90 g 240 kcal 80 g 50 kcal 200 g 150 kcal 200 ml 40 kcal 1 szt 98 kcal</p>

743 kcal