

# JADŁOSPIS TYGODNIOWY

OD 05.03 - DO 09.03.2018

<p>Poniedziałek 05.03.2018</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki 7,9 Pierogi z twarogiem i jagodami 1,3,7 Marchewka do gryzienia</p> <p>Kompot z wiśni Gruszka</p>	<p>300 ml 100 kcal 220 g 479 kcal 80 g 20 kcal</p> <p>200 ml 49 kcal 1 szt 49 kcal <b>697 kcal</b></p>
<p>Wtorek 06.03.2018</p>	<p>Nietypowy krupnik 9 Pierś z kurczaka w sosie curry 7 Surówka z kiszonych ogórków i pomidorów</p> <p>Kompot ze śliwek Jabłko</p>	<p>300 ml 135 kcal 220 g 351 kcal 80 g 55 kcal</p> <p>200 ml 48 kcal 1 szt 41 kcal <b>630 kcal</b></p>
<p>Środa 07.03.2018</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki 7,9 Gulasz wieprzowy z warzywami 1,7</p> <p>Pęczak z curry Napój cytrynowy Marchewka</p>	<p>300 ml 115 kcal 110 g 253 kcal</p> <p>120 g 281 kcal 200 ml 37 kcal 50 g 10 kcal <b>696 kcal</b></p>
<p>Czwartek 08.03.2018</p>	<p>Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami i natką 1,7,9 Kotlet mielony wieprzowy 1,3 Ogórek kwaszony Ziemniaki z koperkiem Kompot z gruszek Jabłko</p>	<p>300 ml 120 kcal 90 g 342 kcal 80 g 9 kcal 200 g 150 kcal 200 ml 46 kcal 1 szt 41 kcal <b>708 kcal</b></p>
<p>Piątek 09.03.2018</p>	<p>Krem z brokułów z groszkiem ptysiowym 1,7,9 Filet z dorsza świeżego saute 4 Surówka z kiszonej kapusty i marchwi Ziemniaki z koperkiem 7 Kompot wieloowocowy Banan</p>	<p>300 ml 133 kcal 80 g 67 kcal 80 g 79 kcal 200 g 183 kcal 200 ml 46 kcal 1 szt 84 kcal <b>590 kcal</b></p>

**ALERGENY:**1.Zboża (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) 2.Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy tj. migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacje i produkty pochodne 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki i siarczyny (suszone owoce, soki owocowe) 13. Łubin i produkty pochodne 14. Mięczaki i produkty pochodne