

# JADŁOSPIS TYGODNIOWY

OD 12.02 - DO 16.02.2018

<p>Poniedziałek 12.02.2018</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem, z zielenią 1,7,9 Ryż z jabłkami 7 Marchewka do gryzienia  Kompot wieloowocowy Gruszka</p>	<p>300 ml 194 kcal 200 g 293 kcal 80 g 20 kcal  200 ml 46 kcal 1 szt 49 kcal <b>602 kcal</b></p>
<p>Wtorek 13.02.2018</p>	<p>Żurek z kiełbasą i ziemniakami z natką pietruszki 9 Filet z kurczaka panierowany 1,3 Surówka z kiszonej kapusty i marchwi Ziemniaki z koperkiem Kompot z jabłek Jabłko</p>	<p>300 ml 152 kcal 100 g 240 kcal 80 g 61 kcal 200 g 150 kcal 200 ml 43 kcal 1 szt 41 kcal <b>687 kcal</b></p>
<p>Środa 14.02.2018</p>	<p>Zupa meksykańska Kotlet Burger jaglany 1,3,7 Surówka ze świeżych ogórków 7 Ziemniaki z koperkiem Kompot z wiśni Gruszka</p>	<p>300 ml 152 kcal 90 g 218 kcal 80 g 14 kcal 200 g 163 kcal 200 ml 49 kcal 1 szt 49 kcal <b>645 kcal</b></p>
<p>Czwartek 15.02.2018</p>	<p>Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki 7,9 Gulasz wieprzowy z warzywami Surówka z kiszonych ogórków i pomidorów Kasza gryczana Kompot ze śliwek Pomarańcz</p>	<p>300 ml 100 kcal 110 g 259 kcal 80 g 46 kcal 120 g 215 kcal 200 ml 48 kcal 1 szt 42 kcal <b>709 kcal</b></p>
<p>Piątek 16.02.2018</p>	<p>Zupa ryżowa z natką pietruszki 9 Kotleciki rybne 3 Kapusta zasmażana Ziemniaki z koperkiem 7 Kompot z gruszek Banan</p>	<p>300 ml 125 kcal 90 g 170 kcal 80 g 87 kcal 200 g 169 kcal 200 ml 46 kcal 1 szt 78 kcal <b>675 kcal</b></p>