

JADŁOSPIS TYGODNIOWY

OD 20.11 - DO 24.11.2017

Poniedziałek 20.11.2017	Żurek z kielbasą i ziemniakami z natką pietruszki 1,7,9 Polędwiczki wieprzowe w sosie własnym 7, Sałata ze śmietaną 7, Ziemniaki z koperkiem Kompot wieloowocowy Pomarańcz	300 ml 186 kcal 110 g 200 kcal 50 g 18 kcal 200 g 163 kcal 200 ml 46 kcal 1 szt 80 kcal	693 kcal
Wtorek 21.11.2017	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki 7,9 Eskalopki drobiowe 1,7 Marchewka gotowana zasmażana 1,7 Ziemniaki z koperkiem Kompot z jabłek Gruszka	300 ml 103 kcal 100 g 173 kcal 80 g 99 kcal 200 g 163 kcal 200 ml 43 kcal 1 szt 62 kcal	642 kcal
Środa 22.11.2017	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki 9 Gulasz wołowy 1,7 Sałatka z buraczków Kasza gryczana Kompot z wiśni Jabłko	300 ml 139 kcal 110 g 161 kcal 80 g 69 kcal 120 g 215 kcal 200 ml 49 kcal 1 szt 51 kcal	685 kcal
Czwartek 23.11.2017	Krupnik z ziemniakami i natką pietruszki 1,9 Kotlet mielony drobiowy 3 Mizeria Ziemniaki z koperkiem Kompot ze śliwek Mandarynka	300 ml 153 kcal 90 g 237 kcal 100 g 42 kcal 200 g 150 kcal 200 ml 48 kcal 1 szt 24 kcal	654 kcal
Piątek 24.11.2017	Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami i natką 9 Kotlet mielony z dorsza świeżego 4, Surówka z kapusty pekińskiej, ogórków i papryki Ziemniaki z koperkiem Kompot z gruszek Banan	300 ml 218 kcal 90 g 191 kcal 80 g 19 kcal 200 g 150 kcal 200 ml 26 kcal 1 szt 98 kcal	702 kcal

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