

JADŁOSPIS TYGODNIOWY

OD 22.01 - DO 26.01.2018

<p>Poniedziałek 22.01.2018</p>	<p>Brokułowa z ziemniakami 7,9 Pulpet z drobiu w sosie własnym 1,3 Surówka z warzyw mieszanych Ryż z warzywami Kompot ze śliwek Gruszka</p>	<p>300 ml 92 kcal 110 g 130 kcal 80 g 77 kcal 150 g 245 kcal 200 ml 48 kcal 1 szt 62 kcal <b>654 kcal</b></p>
<p>Wtorek 23.01.2018</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami i natką p 7,9 Kotlet pożarski 1,3 Surówka z białej rzodkwi i marchwi ze śmietaną 7 Ziemniaki z koperkiem Kompot z gruszek Jabłko</p>	<p>300 ml 137 kcal 110 g 281 kcal 80 g 25 kcal 200 g 169 kcal 200 ml 46 kcal 1 szt 34 kcal <b>693 kcal</b></p>
<p>Środa 24.01.2018</p>	<p>Zupa fasolowa z ziemniakami i natką pietr. 9 Gulasz wołowy 1,7 Ogórek świeży Kasza gryczana Napój cytrynowy Mandarynka</p>	<p>300 ml 225 kcal 110 g 154 kcal 80 g 8 kcal 120 g 215 kcal 200 ml 37 kcal 1 szt 24 kcal <b>664 kcal</b></p>
<p>Czwartek 25.01.2018</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietr. 7,9 Spaghetti z mięsem w sosie pomidorowym 7 Kalarepka do gryzienia  Kompot wieloowocowy Pomarańcz</p>	<p>300 ml 127 kcal 250 g 405 kcal 80 g 16 kcal  200 ml 46 kcal 1 szt 38 kcal <b>632 kcal</b></p>
<p>Piątek 26.01.2018</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami, białą kiełb 7,9 Filet z dorsza świeżego saute 4 Surówka z marchwi selerów i jabłek 7,9 Kasza pęczak z pieczarkami i selerem naciowym 7,9 Kompot z jabłek Banan</p>	<p>300 ml 178 kcal 80 g 67 kcal 80 g 33 kcal 120 g 258 kcal 200 ml 43 kcal 1 szt 78 kcal <b>657 kcal</b></p>

