

## JADŁOSPIS TYGODNIOWY

OD 23.10 - DO 27.10.2017

|                            |  |   |
|----------------------------|--|---|
| Poniedziałek<br>23.10.2017 | Żurek z kielbasą i ziemniakami 1,7,9,<br>Eskalopki drobiowe 1, 3, 7,<br>Sałata ze śmietaną<br>Ziemniaki z koperkiem<br>Kompot wieloowocowy<br>Śliwka   | 300 ml 204 kcal<br>150 g 215 kcal<br>80 g 18 kcal<br>200 g 163 kcal<br>200 ml 46 kcal<br>1 szt 27 kcal<br><b>673 kcal</b> |
| Wtorek<br>24.10.2017       | Kalafiorowa z ziemniakami 1, 7,9,<br>Golarz wołowy 1, 3, 7,<br>Surówka z pomidorów ze szczypiorkiem<br>Makaron 1,<br>Kompot z jabłek<br>Marchew        | 300 ml 117 kcal<br>100 g 249 kcal<br>80 g 58 kcal<br>200 g 197 kcal<br>200 ml 43 kcal<br>1 szt 10 kcal<br><b>674 kcal</b> |
| Środa<br>25.10.2017        | Zupa ziemniaczana 1,7,9,<br>Kotlet mielony wieprzowy 1,3,7,<br>Fasolka szparagowa<br>Ziemniaki z koperkiem<br>Kompot z wiśni<br>Gruszka                | 300 ml 76 kcal<br>110 g 314 kcal<br>100 g 85 kcal<br>200 g 150 kcal<br>200 ml 49 kcal<br>1 szt 62 kcal<br><b>736 kcal</b> |
| Czwartek<br>26.10.2017     | Zupa z fasolki szparagowej 7, 9,<br>Udko z kurczaka pieczone 1, 7,<br>Mizeria<br>Ziemniaki z koperkiem<br>Kompot ze śliwek<br>Jabłko                   | 300 ml 137 kcal<br>110 g 289 kcal<br>80 g 42 kcal<br>120 g 150 kcal<br>200 ml 48 kcal<br>50 g 51 kcal<br><b>717 kcal</b>  |
| Piątek<br>27.10.2017       | Rosół z makaronem 9,<br>Filet z dorsza świeżego saute 1, 3,4,<br>Surówka z warzyw mieszanych<br>Ziemniaki z koperkiem<br>Kompot z gruszek<br>Winogrona | 300 ml 218 kcal<br>90 g 104 kcal<br>80 g 77 kcal<br>200 g 169 kcal<br>200 ml 46 kcal<br>1 szt 48 kcal<br><b>663 kcal</b>  |

**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