

Jadłospis (09.01. – 13.01. 2023r.)

Poniedziałek: 912 Kcal

Fasolka po bretońsku – 200 ml

(groch biały, kiełbasa, majeranek, marchew, sól, pieprz, liść laurowy, mąka, koncentrat pomidorowy)

Pierogi z owocem – 300 g

(mąka pszenna, jajka, sól, cukier, masło, owoc)

Kompot owocowy – 200 ml

Jogurt owocowy

Wtorek: 943 Kcal

Zupa ogórkowa z ryżem – 200 ml

(ryż, ogórki kiszane, pietruszka, marchew, seler, por, sól, pieprz, mąka, śmietana, koper)

Ziemniaki z koperkiem – 150 g

Kotlet drobiowy – 150g

(filet drobiowy, sól, pieprz, olej, jajka, bułka tarta, mąka,)

Surówka z selera – 50 g

(seler, marchew, jabłko, majonez, sól, pieprz, natka pietruszki,)

Kompot owocowy – 200 ml

Środa: 916 Kcal

Zupa kalafiorowa – 200 ml

(kalafior, ziemniaki, brukselka, marchew, groszek zielony, pietruszka, seler, por, mąka, śmietana)

Ziemniaki z koperkiem – 50 g

Filet w sosie koperkowym -150 g

(mięso drobiowe, mąka pszenna, ziemniaki, mąka, śmietana, sól, pieprz, oliwa,)

Surówka - kapusta biała z majonezem – 50 g

(kapusta biała, marchew, koper, por, majonez, sól, pieprz,)

Kompot owocowy – 200 ml

Czwartek : 929 Kcal

Krem z groszu zielonego – 200 ml

(makaron, groszek zielony, marchew, pietruszka, mąka, śmietana, sól, pieprz)

Placki ziemniaczane z gulaszem – 300g

(mięso wieprzowe, cebula, oliwa, sól, pieprz, mąka, śmietana,)

Ogórek kiszony – 50g

Kompot owocowy – 200ml

Piątek: 918 Kcal

Żurek z jakiem – 200 ml

(jajka, mąka, śmietana, koncentrat zuru, czosnek, chrzan, sól, pieprz)

Naleśniki z serem i dżemem – 300 g

(mąka pszenna, jajka, mleko, ser biały twarogowy, masło, cukier, dżem,)

Kompot owocowy – 200ml

Owoc

W JADŁOSPISIE PODKREŚLONO ALERGENY!

Smacznego !