

Jadłospis (13.03. – 17.03.2023 r.)

Poniedziałek: 879 Kcal

Zupa ogórkowa z ryżem – 200 ml

(ryż, ogórek kiszony, pietruszka, marchew, brukselka, sól, pieprz, por, seler, mąka, śmietana)

Pierogi z kapustą i mięsem – 300g

(mąka pszenna, jajka, kapusta, cebula, mięso drobiowe, cebula, oliwa, masło,)

Kompot owocowy – 200 ml Owoc

Wtorek: 976 Kcal

Barszcz czerwony z uszkami – 200 ml

(uszka z mięsem, koncentrat barszczu czerwonego, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie,)

Ziemniaki z koperkiem – 150 g

Kotlet mielony z jarzynami – 150g

(mięso wieprzowe, sól, pieprz, olej, jajka, bułka, cebula, marchew, pietruszka, por,)

Buraczki z majonezem – 50 g

Kompot owocowy – 200 ml

Środa: 904 Kcal

Zupa kalafiorowa – 200 ml

(kalafior, ziemniaki, ,pietruszką, marchew, seler, por, sól, pieprz, mąka, śmietana,

Spaghetti Bolognese – 300g

(makaron, mięso wieprzowe, sól, pieprz, oliwa, pomidory, bazylia, koncentrat pomidorowy,)

Kompot owocowy – 200 ml

Czwartek: 936 Kcal

Zupa pomidorowa z ryżem – 200 ml

(koncentrat pomidorowy, śmietana, ryż , marchew, pietruszka, cebula, por, seler, sól, pieprz, natka pietruszki)

Ziemniaki z koperkiem – 150 g

Filet w sosie śmietanowym – 150 g

(Filet drobiowy, mąka, śmietana, olej, sól, pieprz,)

Kompot owocowy – 200 ml

Kapusta biała w zalewie – 50 g

Piątek: 913 Kcal

Żurek z jajkiem z jajkiem - 200 ml

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

Naleśniki z serem i dżemem - 300 g

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

Kompot owocowy – 200ml

Owoc

W JADŁOSPISIE PODKREŚLONO ALERGENY!

Smacznego !