

Jadłospis (22.05.- 26.05.2023 r.)

Poniedziałek: 879 Kcal

Zupa ogórkowa z ryżem – 200 ml

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

Pierogi ruskie – 300g

(mąka pszenna, jajka, ser biały twarogowy, ziemniaki, cebula, sól, pieprz, oliwa) Kompot owocowy – 200 ml

Owoc

Wtorek: 996 Kcal

Zupa jarzynowa– 200 ml

(ziemniaki, brukselka, szparaga, kalafior, groszek zielony, mąka, śmietana, sól, pieprz,)

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, ,pietruszka, 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

Barszcz czerwony uszkami – 200 ml

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

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 !