

Jadłospis (06.11. – 10.11.2023r.)

Poniedziałek: 902 Kcal

Zupa z grochu łuskanego – 200 ml

(groch, ziemniaki, boczek, kiełbasa, majeranek, pietruszka, marchew, sól, pieprz, liść laurowy, mąka)

Makaron z jabłkami – 300 g

(mąka pszenna, jajka, sól, cukier, masło, jabłka, cynamon)

Kompot owocowy – 200 ml

Jogurt owocowy

Wtorek: 946 Kcal

Zupa jarzynowa – 200 ml

(ziemniaki, brukselka, pietruszka, marchew, sól, pieprz, cebula, natka pietruszki, por, seler, mąka pszenna, śmietana,)

Ziemniaki z koperkiem – 150 g

Stripsy z kurczaka – 150g

(filet drobiowy, sól, pieprz, olej, panierka: jajka, bułka tarta, mąka, płatki kukurydziane)

Surówka ; marchew z jabłkiem – 50 g

(marchew, jabłka, sól, cukier, pieprz)

Kompot owocowy – 200 ml

Środa: 919 Kcal

Zupa pomidorowa z ryżem – 200 ml

(ryż, koncentrat pomidorowy ,pietruszką, marchew, seler, por, sól, pieprz, mąka, śmietana,)

Pyzy z mięsem – 300g

(mąka pszenna, jajka, ziemniaki, mąka kartoflana, mięso wieprzowe, sól, pieprz, cebula, oliwa,)

Kompot owocowy – 200 ml

Czwartek: 916 Kcal

Zupa krupnik – 200 ml

(kasza, żeberka wieprzowe, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, mąka, śmietana)

Pierogi z owocem – 300g

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

Kompot owocowy – 200ml

Jogurt owocowy

Piątek: 923 Kcal

Żurek z jajkiem - 200 ml

(koncentrat żuru, sól, pieprz, jajka, śmietana, mąka pszenna,)

Ziemniaki z koperkiem - 150 g

Ryba FROSTA – 150 g

Kapusta kiszona – 50 g

Kompot owocowy – 200 ml

(kapusta kiszona, oliwa, jabłka, marchew, natka pietruszki, sól, pieprz, cukier)

W JADŁOSPISIE PODKREŚLONO ALERGENY!

Smacznego !