

Jadłospis (09.10. – 13.10.2023 r)

Poniedziałek: 892 Kcal

Zupa fasolowa z makaronem – 200 ml

(makaron, fasola biała, pomidory, marchew, sól, pieprz, pietruszka, por, mąka, koncentrat pomidorowy)

Pierogi leniwe – 300 g

(mąka pszenna, jajka, sól, cukier, masło, ser biały twarogowy)

Kompot owocowy – 200 ml

Owoc

Wtorek: 943 Kcal

Zupa ogórkowa z ryżem – 200 ml

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

Ziemniaki z koperkiem – 150 g

Dewolaj – 150g

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

Mizeria – 50 g

(ogórek, koper, sól, pierz, śmietana)

Kompot owocowy – 200 ml

Środa: 916 Kcal

Zupa szparagowa – 200 ml

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

Kurczak z ryżem po chińsku – 300g

(ryż biały, filet drobiowy, sól, pieprz, papryka słodka, oliwa, marchew, pietruszka, por, cebula, sos sojowy, mąka kartoflana)

Kompot owocowy – 200 ml

Czwartek : 929 Kcal

Barszcz czerwony z uszkami– 200 ml

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

Ziemniaki z koperkiem – 150g

Kotlet mielony z jarzynami 150 g

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

Kapusta czerwona w zalewie – 50 g

Kompot owocowy – 200ml

Piątek: 876 Kcal

Zupa koperkowa – 200 ml

(jajka, mąka, śmietana, koper, marchew, pietruszka, sól, pieprz)

Ziemniaki z koperkiem – 150 g

Pierogi z owocem

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

Jogurt owocowy

Kompot owocowy – 200ml

W JADŁOSPISIE PODKREŚLONO ALERGENY!

Smacznego !