

## *Jadłospis* (30.10. – 03.11.2023 r)

### **Poniedziałek: 892 Kcal**

Zupa Kapuśniak – 200 ml

( Kapusta kiszona, ziemniaki, marchew, sól, pieprz, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy)

Pierogi z serem – 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 kiszone, 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:**

WOLNE

### **Czwartek : 919 Kcal**

Barszcz czerwony z uszkami– 200 ml

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

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 – 200ml

### **Piątek: 876 Kcal**

Zupa koperkowa – 200 ml

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

Ziemniaki z koperkiem – 150 g

Naleśniki z serem i dżemem

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

Owoc

Kompot owocowy – 200ml

**W JADŁOSPISIE PODKREŚLONO ALERGENY!**

***Smacznego !***