

## JADŁOSPIS TYGODNIOWY OD 17.06 - DO 21.06.2024

Poniedziałek 17.06.2024	Zupa grochowa z ziemniakami, z zieleniną (9)	300 ml	174 kcal
	Makaron z twarogiem i truskawkami (1,7)	280 g	338 kcal
	Kompot lub woda	200 ml	34 kcal
	Owoc	1 szt	66 kcal
			<b>613 kcal</b>
Wtorek 18.06.2024	Zupa pieczarkowa z ziemniakami (7,9)	300 ml	113 kcal
	Devolaille (1,3)	100 g	206 kcal
	Mizeria (7)	80 g	29 kcal
	Ziemniaki z koperkiem	200 g	163 kcal
	Kompot lub woda	200 ml	32 kcal
	Owoc	1 szt	58 kcal
			<b>601 kcal</b>
Środa 19.06.2024	Kapuśniak z białej kapusty (9)	300 ml	108 kcal
	Polędwiczki w sosie własnym (1)	115 g	213 kcal
	Surówka z kiszonych ogórków i pomidorów	80 g	29 kcal
	Kasza gryczana (1)	150 g	181 kcal
	Woda z cytryną	200 ml	33 kcal
	Owoc	1 szt	108 kcal
			<b>672 kcal</b>
Czwartek 20.06.2024	Zupa pomidorowa z ryżem, z zieleniną (1,7,9)	300 ml	128 kcal
	Kotlet mielony wieprzowy, smażony (1,3)	90 g	318 kcal
	Sałatka z buraczków	80 g	46 kcal
	Ziemniaki z masłem, natką pietruszki (7)	200 g	178 kcal
	Kompot lub woda	200 ml	30 kcal
	Owoc	1 szt	80 kcal
			<b>780 kcal</b>
Menu może ulec zmianie			
Piątek 21.06.2024	ZAKOŃCZENIE ROKU SZKOLNEGO :-)		