

JADŁOSPIS TYGODNIOWY OD 16.12 - DO 20.12.2024

Poniedziałek 16.12.2024	Barszcz ukraiński z jajem, z zieleniną (1,3,7,9)	300 ml	120 kcal
	Pierogi z kapustą i grzybami (1,3)	200 g	407 kcal
	Kompot / woda	200 ml	34 kcal
	Owoc	1 szt	104 kcal
			666 kcal
Wtorek 17.12.2024	Krem z kalafiora, z zieleniną (1,7,9)	120 ml	95 kcal
	Stek wieprzowy z szynki pieczony (1)	90 g	246 kcal
	Surówka z czerwonej kapusty i marchwi	80 g	34 kcal
	Ziemniaki z masłem, natką pietruszki (7)	200 g	178 kcal
	Kompot / woda	200 ml	30 kcal
	Owoc	1 szt	108 kcal
			691 kcal
Środa 18.12.2024	Zupa jarzynowa z ziemniakami, z zieleniną (7,9)	300 ml	122 kcal
	Boeuf Strogonow z pieczarkami (1,7)	110 g	165 kcal
	Surówka z kapusty pekińskiej i porów z jogurtem (7)	80 g	23 kcal
	Placki ziemniaczane	200 g	462 kcal
	Woda z cytryną	200 ml	33 kcal
	Owoc	1 szt	58 kcal
			862 kcal
Czwartek 19.12.2024	Rosół z makaronem (9)	300 ml	127 kcal
	Danie meksykańskie (1)	200 g	185 kcal
	Kasza kuskus (1)	100 g	133 kcal
	Kompot / woda	200 ml	34 kcal
	Owoc	1 szt	104 kcal
			583 kcal
Piątek 20.12.2024	Zupa fasolowa z ziemniakami, z zieleniną (9)	300 ml	132 kcal
	Burger rybny (1,3,4)	107 g	218 kcal
	Surówka z sałaty lodowej, ogórków i pomidorów	80 g	30 kcal
	Ziemniaki z masłem, natką pietruszki (7)	200 g	178 kcal
	Kompot / woda	200 ml	32 kcal
	Owoc	1 szt	58 kcal
			647 kcal

Menu może ulec zmianie