

JADŁOSPIS TYGODNIOWY OD 22.04 - DO 26.04.2024

Poniedziałek 22.04.2024	Zupa koperkowa z zacierką (1,3,7,9)	300 ml	120 kcal
	Pierogi RUSKIE z cebulką (1,3,7)	200 g	357 kcal
	Papryka świeża do gryzienia	50 g	12 kcal
	Kompot lub woda	200 ml	34 kcal
	Owoc	1 szt	108 kcal
			631 kcal
Wtorek 23.04.2024	Zupa fasolowa z ziemniakami, z zieleniną (9)	300 ml	132 kcal
	Pulpet wieprzowy w sosie pomidorowym (1,3,)	120 g	313 kcal
	Surówka z kiszonych ogórków i pomidorów	80 g	29 kcal
	Kasza bulgur (1)	150 g	127 kcal
	Kompot lub woda	200 ml	32 kcal
			675 kcal
Środa 24.04.2024	Buraczkowa z ziemniakami (1,7,9)	300 ml	110 kcal
	Kotlet pożarski pieczony (1,3,7)	90 g	150 kcal
	Surówka z warzyw mieszanych	80 g	36 kcal
	Ziemniaki z masłem, natką pietruszki (7)	200 g	178 kcal
	Kompot lub woda	200 ml	30 kcal
			612 kcal
Czwartek 25.04.2024	Zupa jarzynowa z ziemniakami, z zieleniną (7,9)	300 ml	122 kcal
	Leczo (1)	200 g	254 kcal
	Ryż biały (7)	150 g	183 kcal
	Woda z cytryną	200 ml	33 kcal
	Owoc	1 szt	58 kcal
			650 kcal
Piątek 26.04.2024	Krem z marchewki z zieleniną (7,9)	300 ml	87 kcal
	Filet z dorsza świeżego saute (1,4)	90 g	176 kcal
	Surówka z kiszonej kapusty i marchwi	80 g	43 kcal
	Ziemniaki z natką pietruszki	200 g	163 kcal
	Kompot lub woda	200 ml	34 kcal
			606 kcal

Menu może ulec zmianie