

Jadłospis dekadowy na okres:

Od 13 do 24 marca 2023 roku

Data	Jadłospis	Gramatura	Kalorie	
13.03.2023 poniedziałek	barszcz biały kurczak w sosie curry bukiet jarzyn ryż, herbata owocowa	400ml 150g 50g 150g,200ml	324 182 15 147.42	
14.03.2023 wtorek	krupnik z kaszy kotlet schabowy kapusta zasmażana ziemniaki z koperkiem, herbata owocowa	400ml 90g 90g 170g,200ml	276 231 109 156.42	
15.03.2023 środa	kałafiorowa gołąbek po cygańsku w sosie pomidorowym surówka wielowarzywna ziemniaki z koperkiem, herbata owocowa	400ml 150g 90g 170g,200ml	297 210 95 156.42	
16.03.2023 czwartek	rosół drobiowy udko pieczone marchewka z groszkiem ziemniaki z koperkiem, kompot owocowy	400ml 90g 90g 170g, 200ml	260 211 131 156.108	
17.03.2023 piątek	fasolowa paluszki rybne/kotlet jajeczny* surówka colesław ziemniaki z koperkiem, herbata owocowa	400ml 90g 90g 170g, 200ml	361 247 95 156.42	* danie do wybor
20.03.2023 poniedziałek	pomidorowa z ryżem kotlet pożarski surówka z marchewki ziemniaki z koperkiem, herbata owocowa	400ml 90g 90g 170g, 200ml	237 248 82 156.42	
21.03.2023 wtorek	barszcz czerwony sztuka mięsa w sosie własnym sałatka z ogórka kiszzonego ziemniaki z koperkiem , kompot owocowy	400ml 150g 60g 170g, 200ml	211 186 62 156.108	
22.03.2023 środa	wiejska kotlet a'la kebab surówka tajska ziemniaki z koperkiem, herbata owocowa	400ml 90g 90g 170g,200ml	260 130 95 156.42	
23.03.2023 czwartek	kapuśniak gulasz wp buraczki kasza jęczmienna, herbata owocowa	400ml 150g 90g 170g, 200ml	324 186 135 205.42	
24.03.2023 piątek	pieczarkowa filet rybny lub drobiowy panierowany* surówka wiejska ziemniaki z koperkiem , kompot owocowy	400ml 90g 90g 170g, 200ml	251 232 75 156.108	* danie do wybor

u

u