

JADŁOSPIS OBIADOWY

Od dnia **20.03.2023-24.03.2023**

Data	Jadłospis	Gram	Kcal	Razem
Poniedz. 20.03.2023	Łazanki z mięsem i kapustą (sól, mięso wieprzowe, kapusta kwaszona, makaron , cebula, pieprz) Sok naturalny 100%	240 1 szt.	412	412
Wtorek 21.03.2023	Kotlet mielony (sól, pieprz, mięso wieprzowe, mięso wołowe, cebula, jaja , bułka pszenna) Ziemniaki Mizeria (ogórki zielone, śmietana , koper , pieprz, sól) Herbata z cytryną	100 200 80 200	198 208 64 28	498
Środa 22.03.2023	Kurczak gotowany w potrawce (mięso drobiowe, sól niskosodowa, przyprawa do kurczaka, pieprz) Ziemniaki Surówka z marchewki z ananase (marchew, jabłka, cukier) Woda z miodem i cytryną	100 200 80 200	228 208 89 48	573
Czwartek 23.03.2023	Wieprzowina w sosie własnym (pieprz, mięso wieprzowe, sól, mąka pszenna) Kopytka Buraczki gotowane Woda z sokiem malinowym	100 100 80 200	316 208 64 66	654
Piątek 24.03.2023	Filet z ryby panierowany (mąka pszenna , filet z ryby morskiej , sól niskosodowa, cebula) Ziemniaki Surówka z kapusty kwaszonej (marchew, por, kapusta kwaszona, natka pietruszki, olej)	100 200 75	216 208 120	544

***Składniki pogrubione w nawiasach oznaczają alergeny.**