



jadłospis

18.03.2024. - 22.03.2024.

Data	Obiad	Alergeny	Węglowodany (g)	Białko (g)	Tłuszcze (g)	Kalorie
Poniedziałek 18.03.	Zupa kapuśniak z ziemniakami i kiełbasą	5,6,9,10	11,4	14,91	1.11.1934	193
	Ryż z musem jabłkowym	5,7	68,42	4,4	4,62	1.11.1997
	Kompot wieloowocowy	-	0,80	1,21	0,99	58
Wtorek 19.03.	Zupa krupnik ze śmietaną	1,5,7,9	18,3	5,7	1,2	114
	Filet w cieście naleśnikowym	1,3,7	5,99	16,41	3,95	169,12
	Buraczki zasmażane na maśle	5,7,9	13,6	2,67	12,03	165,12
	Ziemniaki	7	33,64	4,05	1,72	229,01
	Woda mineralna	-	-	-	-	-
Środa 20.03.	Krem cebulowy z grzankami	1,3,5,7,9	20,28	9,72	7,28	270,87
	Klopsik wieprzowy	1,3,5,9	0,08	17,23	18,71	236,13
	Sos pomidorowy	5,7,9	3,16	0,83	2,47	37,8
	Salatka szwedzka	10	4,86	0,36	-	27
	Ziemniaki	7	33,64	4,05	1,72	229,01
Czwartek 21.03.	Zupa porowa z tartym ciastem	1,3,5,7,9	23,52	10,5	12,14	245,64
	Pyzy z mięsem	1,3,6,10	6,75	7,5	5	219
	Kompot	-	0,80	1,21	0,99	58
Piątek 22.03.	Barszcz czerwony z uszkami	1,3,5,9	1,16	68	2	539,58
	Kluski serowe	1,3,7	50,62	26,52	5,08	151
	Woda mineralna	-	-	-	-	-
	Owoc	-	-	-	-	-