



# JADŁOSPIS

## 31.03.2025 – 04.04.2025

DATA	OBIAD	ALERGENY	WĘGLOWODANY (g)	BIĄŁKO (g)	TŁUSZCZE (g)	KALORIE
<b>Poniedziałek 31.03</b>	Grochówka z kielbasą i ziemniakami	5,9,10	15,17	22,92	8,34	233,55
	Ryż z polewą truskawkową z jogurtem naturalnym	1,5,7	71,41	23,72	14,24	519,89
	Kompot		0,8	1,4	0,99	58
<b>Wtorek 01.04</b>	Krem brokułowy z grzankami	1,5,7,9	9,12	2,97	0,54	52,89
	Prażone	5,6,9,10	15,51	12,48	15,55	255,61
	Kompot		0,8	1,4	0,99	58
<b>Środa 02.04</b>	Rosół z tartym ciastem	1,3,9	24,90	9,09	3,72	170,79
	Pieczeń w sosie własnym	1,5,6,7,8,9,10,11	1,71	16,82	55,08	129,63
	Fasolka szparagowa	1,5,7,9	4,5	3	10,35	153
	Ziemniaki	7	33,64	2,67	12,03	229,01
	Woda mineralna					
<b>Czwartek 03.04</b>	Zupa koperkowa z ryżem	1,5,7,9	2,88	2,08	7,56	113,49
	Filet grillowany z kurczaka	5,6,9	9	26	3	131
	Sałatka grecka	10	7,05	0,73		27
	Ziemniaki	7	33,64	2,67	12,03	229,01
	Kompot		0,8	1,4	0,99	58
<b>Piątek 04.04</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami	5,7,9	8,23	2,88	2,08	140,87
	Makarony z serem i owocami	7,9,10	54,99	21,76	2,4	335,49
	Soczek					48

\* z przyczyn niezależnych jadłospis może zostać zmieniony