

Jadłospis

Nr 5 dekadowy 29.10.2018 - 09.11.2018

<p>29.10.2018 PONIEDZIAŁEK</p> <p>Zupa: krem z pora, cebuli i ziemniaków zabieleny śmietaną (1,3)</p> <p>II Danie: gulasz z szynki wieprzowej (2)</p> <p>kasza jęczmienna</p> <p>Kompot : z wiśni</p> <p><i>Kalorie:490 kcal</i></p>	<p>300 ml</p> <p>100 g</p> <p>100 g</p> <p>200 ml</p>	<p>05.11.2018 PONIEDZIAŁEK</p> <p>Zupa: kapuśniak z kiszonej kapusty z kiełbasą (1,2)</p> <p>II Danie: stek z karkówki z cebulą (2)</p> <p>ziemniaki</p> <p>buraczki na ciepło oprószone mąką (2)</p> <p>Kompot: z agrestu</p> <p><i>Kalorie: 981 kcal</i></p>	<p>300 ml</p> <p>100 g</p> <p>100 g</p> <p>100 g</p> <p>200 ml</p>
<p>30.10.2018 WTOREK</p> <p>Zupa: pieczarkowa z makaronem zabieleną śmietaną (1,2,3)</p> <p>II Danie: gołąbki z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym (2,3)</p> <p>ziemniaki</p> <p>Kompot: z agrestu</p> <p><i>Kalorie:705 kcal</i></p>	<p>300 ml</p> <p>100 g</p> <p>100 g</p> <p>200 ml</p>	<p>06.11.2018 WTOREK</p> <p>Zupa: krupnik z klopsikami mięsnymi (1)</p> <p>II Danie: pierogi z serem polane musem truskawkowym (2,3,4,7)</p> <p>Herbata miętowa</p> <p><i>Kalorie:721 kcal</i></p>	<p>300 ml</p> <p>200 g</p> <p>200 ml</p>
<p>31.10.2018 ŚRODA</p> <p>Zupa: brokułowa zabieleną śmietaną (1,2,3)</p> <p>II Danie: filet z piersi kurczaka w płatkach kukurydzianych (4)</p> <p>ziemniaki</p> <p>surówka z marchwi i jabłka</p> <p>Kompot: z czerwonej porzeczki</p> <p><i>Kalorie: 726 kcal</i></p>	<p>300 ml</p> <p>100 g</p> <p>100 g</p> <p>100 g</p> <p>200 ml</p>	<p>07.11.2018 ŚRODA</p> <p>Zupa: krem z dyni z grzankami (1,2)</p> <p>II Danie: filet z dorsza w sosie greckim (2,4,5)</p> <p>ziemniaki</p> <p>Kompot: z jabłek</p> <p><i>Kalorie:744 kcal</i></p>	<p>300 ml</p> <p>100 g</p> <p>100 g</p> <p>200 ml</p>
<p>01.11.2018 CZWARTEK</p> <p>DZIEŃ WOLNY</p>		<p>08.11.2018 CZWARTEK</p> <p>Zupa: buraczkowa zabieleną śmietaną (1,2,3)</p> <p>II Danie: kurczak w potrawce (2,4)</p> <p>ryż</p> <p>Kompot : z wiśni</p> <p>Owoc: mandarynka</p> <p><i>Kalorie:458 kcal</i></p>	<p>300 ml</p> <p>100 g</p> <p>100 g</p> <p>200 ml</p> <p>1 szt.</p>
<p>02.11.2018 PIĄTEK</p> <p>DZIEŃ WOLNY</p>		<p>09.11.2018 PIĄTEK</p> <p>Zupa: z czerwonej soczewicy (1)</p> <p>II Danie: makaron ze szpinakiem posypany żółtym serem (2,3)</p> <p>Kompot: z czerwonej porzeczki</p> <p>Owoc : jabłko</p> <p><i>Kalorie:515 kcal</i></p>	<p>300 ml</p> <p>200 g</p> <p>200ml</p> <p>1 szt.</p>

Produkty powodujące alergię: 1-seler, 2-gluten, 3-produkty pochodne mleka, 4-jajka, 5-ryba, 6-gorczyca, 7-truskawki, 8-miód