

JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 07.10.2024r.	WTOREK 08.10.2024r.	ŚRODA 09.10.2024r.	CZWARTEK 10.10.2024r.	PIĄTEK 11.10.2024r.
Zupa porowa z mięsem mielonym i ziemniakami	Krem paprykowy z grzankami (7,9)	Kapuśniaczek ze słodkiej kapusty na wywarze mięsnym (9)	Rosół z makaronem (1,9)	Zupa kalarepowa (9)
Makaron w sosie pomidorowym z bazylią i serem ricotta (1,7)	Kotlet schabowy panierowany (1,3,7) Ziemniaczki puree (7) Mizeria z rzodkiewką i koperkiem (7)	Pierogi leniwe z sosem truskawkowym (1,3,7)	Duszony gulasz drobiowy z majerankiem i pomidorami (1) Kasza jęczmienna perłowa (1) Surówka z kapusty z marchewką i suszoną żurawiną	Dorsz na parze w sosie cytrynowym (1,4,7) Ziemniaki gotowane Głazurowana marchewka z groszkiem (1,7)
Wartość kcal: 455 Białko: 16,5g Tłuszcze: 21g Węglowodany: 54g	Wartość kcal: 585 Białko: 18,3g Tłuszcze: 22g Węglowodany: 65g	Wartość kcal: 422 Białko: 17,5g Tłuszcze: 19,5g Węglowodany: 47,1g	Wartość kcal: 415 Białko: 18,5g Tłuszcze: 19g Węglowodany: 50,1g	Wartość kcal: 403 Białko: 22g Tłuszcze: 6,8g Węglowodany: 66,7g