

# JADŁOSPIS

<b>PONIEDZIAŁEK 11.11.2024r.</b>	<b>WTOREK 12.11.2024r.</b>	<b>ŚRODA 13.11.2024r.</b>	<b>CZWARTEK 14.11.2024r.</b>	<b>PIĄTEK 15.11.2024r.</b>
	Kapuśniak ze słodkiej kapusty (9)	Krem brokułowy (1,7,9)	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)	Krupnik na wywarze warzywnym (1,9)
	Makaron z sosem pomidorowym i serkiem mascarpone (1,7)	Kotlet schabowy (1,3,7)  Ziemniaki puree (7)  Surówka z marchwi (7,12)	Gulasz z szynki z papryką (9)  Kasza jęczmienna pęczak (1)  Sałatka z buraków (7)	Paluszki rybne (1,3,4,10)  Ziemniaki puree (7)  Sałatka colesław (7)
	Wartość kcal: 451 Białko: 13,5g Tłuszcze: 14,8g Węglowodany: 74g	Wartość kcal: 430 Białko: 15,7g Tłuszcze: 15,2g Węglowodany: 60,5g	Wartość kcal: 436 Białko: 17,6g Tłuszcze: 19,5g Węglowodany: 53g	Wartość kcal: 428 Białko: 17,7g Tłuszcze: 18,6g Węglowodany: 53g