

JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 13.01.2025r.	WTOREK 14.01.2025r.	ŚRODA 15.01.2025r.	CZWARTEK 16.01.2025r.	PIĄTEK 17.01.2025r.
Zupa jarzynowa (7,9)	Rozgrzewający krem dyniowy (7,9)	Żurek z kielbasą (7,9)	Pomidorowa z makaronem (1,9)	Krem cebulowy (1,7,9)
Makaron w sosie pomidorowym z mascarpone (1,7)	Duszone podudzia z kurczaka z majerankiem w sosie własnym (1)	Pierogi leniwe polane maselkiem i posypane bułką tartą (1,3,7)	Pieczeń rzymska z warzywami (1,3)	Kotleciki rybne z koperkiem i marchewką (1,3,4)
	Ziemniaczki gotowane		Ziemniaki puree (7)	Ziemniaki puree (7)
	Colesław (7)		Surówka z kapusty pekińskiej: pomidor, ogórek zielony	Ogórek kiszony
Wartość kcal: 415 Białko: 17g Tłuszcze: 12g Węglowodany: 68g	Wartość kcal: 421 Białko: 20g Tłuszcze: 20g Węglowodany: 46g	Wartość kcal: 440 Białko: 21g Tłuszcze: 27g Węglowodany: 42g	Wartość kcal: 490 Białko: 19,5g Tłuszcze: 22g Węglowodany: 58g	Wartość kcal: 444 Białko: 25g Tłuszcze: 13g Węglowodany: 59g