

JADŁOSPIS

STYCZEŃ

	<i>Kal.</i>	<i>Alergeny</i>	<i>gr</i>	<i>zupa</i>	<i>Kal.</i>	<i>Alergeny</i>	<i>gr</i>	<i>drugie danie</i>	
2	poniedziałek	156 kcal	1,7,8	230g	Zupa pomidorowa z makaronem	340 kcal	1,3,7	200g	Kotlet schabowy z ziemniakami i kapustą zasmażaną
3	wtorek	170 kcal	1,3,7,8	230g	Rosół z makaronem	442 kcal	1,3,7	250g	Pierogi z mięsem
4	środa	102 kcal	1,3,7,8	230g	Krem z jarzyn z grzankami	349 kcal	1,3,7	250g	Ryba w panko z ziemniakami oraz surówka z marchewki
5	czwartek	71 kcal	1,7,8	230g	Zupa koperkowa z ryżem	390 kcal	1,3,4,7	300g	Gołąbki w sosie pomidorowym
6	piątek	Dzień wolny od zajęć dydaktycznych NIE MA OBIADÓW							
7									
8									
9	poniedziałek	120 kcal	1,7,8	230g	Zupa kalafiorowa z makaronem	396 kcal	1,3,7	350g	Kotlet mielony z ziemniakami i burakami
10	wtorek	81 kcal	1,3,7,8	230g	Krem z marchewki z groszkiem ptysiowym	320 kcal	1,3,7	200g	Lasagne z mięsem, warzywami i pomidorami
11	środa	185 kcal	1,7,8	230g	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami	340 kcal	1,3,7	200g	Kluski leniwe z cukrem
12	czwartek	102 kcal	1,7,8	230g	Żurek z ziemniakami i kielbasą	320 kcal	1,8	250g	Gulasz z kaszą i ogórkiem kiszonym
13	piątek	170 kcal	1,3,7,8	230g	Zupa ogórkowa z ryżem	382 kcal	1,3,4,7	350g	Naleśniki z serem i czekoladą
14									
15									
16	poniedziałek	170 kcal	1,3,7,8	230g	Zupa jarzynowa z ryżem	382 kcal	1,3,4,7	350g	Spaghetti bolognese
17	wtorek	142 kcal	1,7,8	230g	Krem ziemniaczany z chipsami	430 kcal	1,3,7,8	250g	Kotlet devolay z frytkami i surówką coleslaw
18	środa	180 kcal	1,7,8	230g	Krem pomidorowy z tostem	398 kcal	1,3,7	350g	Filet z dorsza w cieście paryskim z ziemniakami i kiszoną kapustą
19	czwartek	78 kcal	1,7,8	230g	Zupa dyniowa z polentą	352 kcal	1,3,7	250g	Zraziki w sosie własnym z kaszą i marchewka z groszkiem
20	piątek	150 kcal	1,7,8	230g	Krem z białych warzyw z macą	454 kcal	1,3,7	350g	Pierogi z serem na słodko
21									
22									
23	poniedziałek	120 kcal	1,7,8	230g	Krem z dyni z grzankami	396 kcal	1,3,4,7	350g	Indyk pieczony w sosie własnym z ziemniakami i fasolą szparagową
24	wtorek	81 kcal	1,3,7,8	230g	Zupa zacierkowa	320 kcal	1,3,7,8	250g	Kotlet szwajcarski z ziemniakami i surówką z marchewki
25	środa	185 kcal	1,7,8	230g	Krem z kalafiora i pora z groszkiem ptysiowym	340 kcal	1,3,7	350g	Penne w sosie z hiszpańskich pomidorów z mozzarellą
26	czwartek	102 kcal	1,7,8	230g	Krupnik z ziemniakami	320 kcal	1,3,7	250g	Grillowany filet z kurczaka z ryżem i marchewka z groszkiem
27	piątek	170 kcal	1,3,7,8	230g	Krem z kukurydzy z popcornem	382 kcal	1,3,7	350g	Paluszki serowe z ziemniakami i sosem tatarskim
Ferie Zimowe									