



JADŁOSPIS 17.06- 20.06.2024r

DATA	OBIAD
Poniedziałek 17.06.2024 Kcal 640	<i>Zupa szpinakowa z ziemniakami na rosole 300ml</i> <i>/ ziemniaki, por, szpinak, marchew, pietruszka, kurczak/</i> <i>Pierogi z twarogiem na słodko 300 g</i> <i>/mąka pszenna, jaja, olej, twaróg, śmietana /</i> <i>kompot z owoców mieszanych 200ml</i> <i>mus jogurtowy z mango 150ml</i> <i>Actimel</i>
Wtorek 18.06.2024 Kcal 680	<i>Zupa jarzynowa z makaronem i natką pietruszki 300ml</i> <i>/kurczak, śmietana, mieszanka wielowarzywna, marchew, pietruszka, seler, por, mąka pszenna, jaja/</i> <i>ziemniaki z koperkiem 200g</i> <i>Kotlet schabowy 90g</i> <i>/schab, jaja, olej, mąka pszenna/</i> <i>Surówka Colesław 120g</i> <i>/kapusta, ogórek kiszony, marchew, cebula, oliwa, jogurt /</i> <i>kompot owocowy 200ml</i>

<p>Środa 19.06.2024</p> <p>Kcal 650</p>	<p><i>Zupa pomidorowa z ryżem 300ml</i> <i>/pomidory pellati, marchew, pietruszka, śmietana/</i> <i>Penne z łososiem i warzywami 300g</i> <i>/ pomidory suszone, oliwki, pieczarka, papryka, olej, łosoś,</i> <i>Mąka pszenna, jaja/</i> <i>kompot z owoców mieszanych 200ml</i> <i>Mus owocowy</i></p>
<p>Czwartek 20.06.2024</p> <p>Kcal 640</p>	<p><i>Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml</i> <i>/ kalafior, marchew, pietruszka, seler, kapusta włoska pory</i> <i>Gołąbki z mięsem i ryżem 200g</i> <i>/szynka wieprzowa, olej, cebula, lubczyk, kapusta, ryż/</i> <i>Sos pomidorowy 80 ml / Pomidory pellati, mąka pszenna, cebula, śmietana/</i> <i>sok jabłkowo – brzoskwiniowy 200ml</i> <i>/jabłko, brzoskwinia/</i> <i>Mus jogurtowo – owocowy</i></p>

Smacznego !!!

