

ŚNIADANIA

Jadłospis od 22.10.2018r. do 26.10.2018r.

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Chleb z ziarnami z masłem, polędwicą sopocką, ogórkiem zielonym Bułka kajzerka z masłem i pastą rybną Kawa z mlekiem	Zupa mleczna z zacierką Bułka pszenna z masłem, szynką, pomidorem Owoc - banan	Bułka pszenna z masłem, serem żółtym Chleb żytni z masłem, schabem pieczonym, sałatą Kakao z mlekiem Marchewka do gryzienia	Chleb żytni z masłem, kiełbasą szynkową, pomidorem Rogal z masłem i dżemem Kawa z mlekiem	Chleb z ziarnami z masłem, pastą jajeczną ze szczypiorkiem Bułka drożdżowa z makiem Kakao z mlekiem Owoc - mandarynka

Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku

Wartość energetyczna 553,03 kcal	Wartość energetyczna 569,37 kcal	Wartość energetyczna 276,30 kcal	Wartość energetyczna 514,77 kcal	Wartość energetyczna 572,36 kcal
Białka - 23,21 g Tłuszcze - 24,96 g Węglowodany - 64,12 g	Białka - 17,75 g Tłuszcze - 19,13 g Węglowodany - 53,67 g	Białka - 19,41 g Tłuszcze - 27,84 g Węglowodany - 66,29g	Białka - 17,93 g Tłuszcze - 18,07 g Węglowodany- 46,89 g	Białka - 16,79 g Tłuszcze - 20,72 g Węglowodany - 79,86 g
Alergeny / 1,3, 4,7/	Alergeny / 1,3,7, /	Alergeny /1,3,7 /	Alergeny / 1,3,7 /	Alergeny / 1,3,7 /

OBIADY

Jadłospis od 22.10.2018r. do 26.10.2018r.

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Zupa barszcz Ukraiński Gulasz z kaszą Surówka z kapusty białej z ogórkiem kiszonym Kompot Owoc - gruszka	Zupa kalafiorowa Kotlet schabowy panierowany Ziemniaki Surówka z pomidora Kompot	Zupa domowa Gołąbki zawijane Ziemniaki Kompot Owoc - jabłko	Zupa krupnik Pulpety drobiowe w sosie Ziemniaki Surówka z porów i marchewki Kompot	Barszcz biały z jajkiem Ryba panierowana Ziemniaki Surówka z kapusty pekińskiej Kompot

Informacja żywieniowa dla 1 porcji posiłku

Wartość energetyczna 665,00 kcal	Wartość energetyczna 608,50 kcal	Wartość energetyczna 666,14 kcal	Wartość energetyczna 663,00 kcal	Wartość energetyczna 663,50 kcal
Białka - 32,44 g	Białko - 37,10 g	Białka - 23,17 g	Białko - 24,92 g	Białka - 39,04 g
Tłuszcze - 75,67 g	Tłuszcze - 12,82 g	Tłuszcze - 14,80 g	Tłuszcze - 23,17 g	Tłuszcze - 22,96 g
Węglowodany - 71,96 g	Węglowodany - 86,18 g	Węglowodany - 80,46 g	Węglowodany - 94,25 g	Węglowodany - 76,85 g
Alergeny / 1,3,7,9 /	Alergeny / 1,3,7,9 /	Alergeny / 1,3, 7,9 /	Alergeny / 1,3,7,9 /	Alergeny / 1,3,4,7,9 /