

Wartość kaloryczna posiłku zapewnia 30-35% dziennego zapotrzebowania na energię i składniki odżywcze co stanowi (1205-1406))KCL w

Jadłospis żywieniowy 27.11-30.11.2023

	Poniedziałek 27.11.2023	Wtorek 28.11.2023	Środa 29.11.2023	Czwartek 30.11.2023	
ZUPA	Zupa koperkowa na i indyku z włoszczyzną i ziemniakami -400g	Żurek z jajkiem ,kielbasą i ziemniakami-400 g	Zupa pomidorowa na indyku z lanym ciastem i śmietaną -400g	Zupa ogórkowa na kurczaku z ryżem i śmietaną-400 g	
	SELER,BIAŁKO MLEKA ,	SELER,GORCZYCA , JAKO,GLUTEN	JAJKO,GLUTEN ,SELER ,BIAŁKO MLEKA	SELER BIAŁKO MLEKA	
DRUGIE DANIE	Filet z kurczaka w sosie pomidorowym -100/30 g Ziemniaki -200 g Surówka z marchewki z jabłkiem -100 g	Racuchy drożdżowe z jabłkiem i sosem pomarańczowym -300 g	Pieczeń rzymska -100 g Sos cebulowy -30 g Kasza pęczak -200 g Surówka z selera z rodzynekami -100 g	Zapiekanka ziemniaczana z warzywami kielbasą i serem -300 g Pomidor-30 g	
	GLUTEN ,BIAŁKO MLEKA ,SELER	GLUTEN, BIAŁKO MLEKA , JAKO	JAJKO,GLUTEN,BIAŁKO MLEKA	SELER ,BIAŁKO MLEKA	
DESER	Banan-100 g Woda z cytryną-200 g	Ogórek zielony-100 g Herbata z miodem imbirem i cytryną-100 g	Gruszka -100 g Woda z cytryną-200 g	Jabłko-100 g Woda z cytryną-200 g	