**Jadłospis
04 - 08.03.2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Poniedziałek** | **Wtorek** | **Środa** | **Czwartek** | **Piątek** |
| Obiad | Rosół z makaronem (300g),kotlet pożarski (100g),duszone ziemniaki (150g),mieszanka warzyw na parze (100g)sok jabłkowy (200ml),ciasteczka owsiane z żurawiną (30g),(1,3,5,7,8,9)Wartość kaloryczna: 785kcal | Żurek (300g),potrawka z kurczaka z ryżem i z groszkiem z marchewką (270g), kompot (200ml),mus owocowy (90g).(1,3,7,9)Wartość kaloryczna: 702kcal | Zupa pomidorowa z ryżem (300g),pieczeń wieprzowa w sosie własnym z kopytkami (215g),surówka żydowska (100g),woda (200ml),ciasteczka zbożowe kakaowe (50g).(1,3,5,7,8,9)Wartość kaloryczna: 650kcal | Krem z dyni z grzankami (350g),spaghetti bolognese z warzywami (250g),sok jabłkowy (200ml),serek owocowy do kieszonki (80g). (1,3,7,9)Wartość kaloryczna: 685kcal | Zupa z fasolki szparagowej (300g),ryba po grecku z ziemniakami (300g),sok jabłkowy (200ml),zdrowa przekąska – mieszanka orzechów i bakalii (40g). (1,3,4,5,7,8,9)Wartość kaloryczna: 756kcal |

Lista alergenów: 1- zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, orkisz), 2- skorupiaki i produkty pochodne, 3- jaja i produkty pochodne, 4- ryby i produkty pochodne, 5- orzeszki ziemne, orzechy arachidowe i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7- mleko i produkty pochodne, 8- orzechy tj. migdały, orzechy włoskie, laskowe, nerkowca, i produkty pochodne, 9- seler i produkty pochodne,10- nasiona sezamu i produkty pochodne, 11- łubin i produkty pochodne, 12- mięczaki i produkty pochodne.