

O BOWIĄZUJE OD 08.02 DO 12.02.16**Poniedziałek 08.02**

Lp	Zestaw obiadowy	Wielkość porcji	Wartość kaloryczna
1	Żurek z jajkiem zabieleny mlekiem	250g	187
2	Makaron z serem	210g	451
5	Woda z cytryną ,owoc	200ml	
RAZEM			638

Wtorek 09.02

Lp	Zestaw obiadowy	Wielkość porcji	Wartość kaloryczna
1	Zupa kalafiorowa z mianą	250g	106
2	Bigos	280g	405
3	Chleb graham	70g	158
4	Herbata z cytryną słodzona miodem	200ml	26
RAZEM			695

Środa 10.02

Lp	Zestaw obiadowy	Wielkość porcji	Wartość kaloryczna
1	Zupa pieczarkowa z łazankami zabieleną mlekiem	250g	121
2	Kostka rybna panierowana smażona	120g	316
3	Ziemniaki	150g	128
4	Surówka z ogórka kiszzonego i marchwi	90g	67
5	Kompot	200ml	36
RAZEM			668

Czwartek 11.02

Lp	Zestaw obiadowy	Wielkość porcji	Wartość kaloryczna
1	Zupa porowa z zacierką zabieleną mlekiem	250g	145
2	Risotto z mięsem i warzywami	250g	382
3	Kompot	200ml	36
RAZEM			563

Piątek 12.02

Lp	Zestaw obiadowy	Wielkość porcji	Wartość kaloryczna
1	Zupa szczawiowa z ryżem	250g	140
2	Kluski śląskie z masłem i bułka tartą	250g	384
3	Herbata z cytryną słodzona miodem	200ml	26
RAZEM			550