



# JADŁOSPIS DLA ZESPOŁU SZKÓŁ SPORTOWYCH

30.01 – 3.02. 2017 r

30.01.2017		31.01.2017		1.02.2017		2.02.2017		3.02.2017	
PONIEDZIAŁEK	A	WTOREK	A	ŚRODA	A	CZWARTEK	A	PIĄTEK	A
zupa jarzynowa 350ml/147kcal	6,8	barszcz ukraiński 350ml/207kcal	1,5,6,8	zupa kalafiorowa 350ml/123kcal	1,6,8	zupa z soczewicy 350ml/119kcal	5,8	zupa chłopska 350ml/252kcal	8
makaron z twarogiem okraszony kielbasą i cebulką 300g/504kcal	1,2,6	jajko w sosie chrzanowym 150g	1,2	kotlet mielony w sosie pieczeniowym 150g/285kcal	1,2	potrawka z kurczaka 150g/195kcal	1,8	kostka rybna 100g/226kcal	1,2,3
owoc		ziemniaki 200g/209kcal		kasza jęczmienna 200g/217kcal	1	ryż 200g/147kcal		Ziemniaki 200g/209kcal	
		marchewka z jabłkiem 100g/68kcal		sur z kapusty czerwonej 100g/73kcal		warzywa z wody 100g/35kcal		sur.z kapusty kiszanej 100/67kcal	
kompot owocowy 200ml/102kcal		kompot owocowy 200ml/102kcal		kompot owocowy 200ml/102kcal		kompot owocowy 200ml/102kcal		kompot owocowy 200ml /102kcal	

**A** – SKŁADNIKI ALERGENNE występujące w danym posiłku

***Obiady wydawane są w godzinach : 12:00 – 15:30***

***Koszt obiadu abonamentowego: 9,00 zł***

***Koszt obiadu abonamentowego ( porcja MALUCH) : 7,50 zł***

***ZUPA -3,00 zł***

***II DANIE -7,50 zł***