



# JADŁOSPIS DLA ZESPOŁU SZKÓŁ SPORTOWYCH

13-17.03. 2017 r

13.03.2017	14.03.2017	15.03.2017	16.03.2017	17.03.2017					
PONIEDZIAŁEK	A	WTOREK	A	ŚRODA	A	CZWARTEK	A	PIĄTEK	A
zupa brokułowa 350/96kcal	6,8	krupnik z kaszą jęczmienną 350ml/147kcal	1,8	zupa chłopska 350ml/252kcal	8	kapuśniak z kiszonej kapusty 350ml/134kcal	8	zupa pieczarkowa 350ml/103kcal	1,6, 8
kluski śląskie z sosem pieczarkowym 300g/429kcal	1	klops w sosie pomidorowym 150g/195kcal	1,2	kotlet schabowy 100g/330kcal	1,2	wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulką w sosie własnym 150g/325kcal	1	ryba zapiekana w warzywach 150/210kcal	1,2,3 ,8
sur.z białej kapusty, marchewki i jabłka 100/54kcal		Makaron 200/252kcal	1,2	Ziemniaki 200/209kcal		kasza jęczmienna 200g/224kcal	1	ryż 200g/147kcal	
		kalafior z wody 100/23kcal		marchewka z jabłkiem 100/85		sałatka szwedzka 100g/44kcal	5		
kompot 200ml/102kcal		Kompot 200/102kcal		Kompot 200/102kcal		Kompot 200/102kcal		Kompot 200/102kcal	

**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***