



# JADŁOSPIS DLA ZESPOŁU SZKÓŁ SPORTOWYCH

18-22 września 2017 r

18.09.2017	19.09.2017	20.09.2017	21.09.2017	22.09.2017					
PONIEDZIAŁEK	A	WTOREK	A	ŚRODA	A	CZWARTEK	A	PIĄTEK	A
barszcz czerwony 350ml/116kcal	6,8	zupa kalafiorowa 350/123kcal	6,8	zupa fasolowa 350/221kcal	5,8	żurek z ziemniakami 350ml/231kcal	6,8	krupnik ryżowy 350/147kcal	8
pień drobiowa w sosie śmietanowo-zielonym 150/195kcal	1,6	kotlet mielony 100g/285kcal	1,2	pyzy ziemniaczane okraszone cebulką i kiełbasą 250/416kcal	1,2	gulasz mięsno- warzywny 150/189kcal	1,8	filet rybny w cieście 100g/209kcal	1,2,3
ryż 200g/147k		ziemniaki 200g/209kcal		sur.z ogórka kiszzonego, pora i marchewki 100/58kcal		Makaron 200/251kcal	1,2	Ziemniaki 200/209k	
marchewka z wody 100g		sur.z kapusty czerwonej 100/73k				owoc		sur z kapusty kiszzonej 100/67kcal	
kompot owocowy 200/102kcal		kompot owocowy 200/102kcal		kompot owocowy 200/102kcal		kompot owocowy 200/102kcal		kompot owocowy 200/102kcal	

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

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

***Koszt obiadu abonamentowego: 9,50 zł***

***Koszt obiadu abonamentowego ( porcja MALUCH) : 8,00 zł***

***ZUPA -3,50 zł***

***II DANIE -8,00 zł***