 ***Jadłospis ***

**Wtorek**

***OBIAD***

Zupa koperkowa na wywarze mięsno- **warzywnym(korzeń selera)** z ryżem

***DODATEK DO OBIADU***

**Jogurt jogebella(mleko)**

***WARTOŚĆ ODŻYWCZA POSIŁKU***

**366 kcal**; **Alergeny; korzeń selera, mleko,**

**Poniedziałek**

***OBIAD***

**Makaron Penne(pszenica)** ze szpinakiem i kurczakiem w sosie **śmietanowym(mleko)**

***DODATEK DO OBIADU***

Kompot owocowy

***WARTOŚĆ ODŻYWCZA POSIŁKU***

**540 kcal**; **Alergeny; pszenica, mleko**

**STYCZEŃ**

**08.01.2024 -12.01.2024**

**Smacznego**

**Środa**

***OBIAD***

Gulasz z kaszą jęczmienna, ogórek kiszony

***DODATEK DO OBIADU***

Kompot owocowy

***WARTOŚĆ ODŻYWCZA POSIŁKU***

**522kcal**; **Alergeny;**

**Czwartek**

***OBIAD***

**Zupa grochowa(korzeń selera)** na wędzonce z ziemniakami

***DODATEK DO OBIADU***

Banan

***WARTOŚĆ ODŻYWCZA POSIŁKU***

**512 kcal**; **Alergeny ; korzeń selera**

**Piątek**

***OBIAD***

Ziemniaki gotowane, **kotlet rybny(pszenica, jaja),** surówka z kapusty kiszonej.

***DODATEK DO OBIADU***

Kompot owocowy

***WARTOŚĆ ODŻYWCZA POSIŁKU***

**432kcal**; **Alergeny; pszenica, jaja**

 Smacznego!!! 