** JADŁOSPIS 06 -28 LUTY 2017r.**

**PONIEDZIAŁEK 06.02.17r**

* **Zupa kapuściana gotowana na żeberkach (300ml) – 113 kcal**
* **Chleb żytni (70g – 2 kromki) – 149 kcal**
* **Gruszka (150g) – 81 kcal**

Kaloryczność obiadu wynosi: **343kcal**

**Zawiera alergeny: seler, ziarna zbóż zawierające gluten, sezam, gorczyca, mleko**

**WTOREK 07.02.17r.**

* **Pulpety wieprzowo – drobiowe z warzywami w sosie koperkowym (150g) – 350 kcal**
* **Ziemniaki gotowane (200g) – 130 kcal**
* **Surówka z kiszonych ogórków (100g) – 50 kcal**
* **Sok Leon z owocami i miodem (100ml) – 43 kcal**

Kaloryczność obiadu wynosi**: 776 kcal**

**Zwiera alergeny: jajka, seler, ziarna zbóż zawierające gluten, sezam, gorczyca**

**ŚRODA 08.02.17r.**

* **Makaron spaghetti z sosem bolońskim posypany serem żółtym (270g) – 450 kcal**
* **Herbata owocowa (200ml) – 105 kcal**
* **Banan (150g) – 143 kcal**
* **Serek Danio w saszetce (140g) – 141 kcal**

Kaloryczność obiadu wynosi**: 839 kcal**

**Zwiera alergeny: seler, ziarna zbóż zawierające gluten, mleko, sezam, gorczyca**



**CZWARTEK 09.02.2017r**

* **Kotlet z piersi z kurczaka smażony w płatkach kukurydzianych (110g) – 260 kcal**
* **Ziemniaki gotowane posypane natką (200g) – 141 kcal**
* **Kapusta zasmażana (100g) – 102 kcal**
* **Herbata z miodem i cytryną (200ml) – 70 kcal**
* **Crispy natural (chipsy z jabłka) (20g) – 73 kcal**

**Kaloryczność obiadu wynosi: 646 kcal**

**Zwiera alergeny: seler, jajka, ziarna zbóż zawierające gluten, mleko, sezam**

**PIĄTEK 10.02.2017r.**

* **Panierowany filet rybny w ziołach (100g) – 171 kcal**
* **Ziemniaki gotowane posypane natką (200g) – 141 kcal**
* **Surówka z pora marchwi i jabłka (100g) – 64 kcal**
* **Kompot owocowy (200ml) – 92 kcal**
* **Napój mleczny „Bakuś shake” (230g) – 177kcal**

Kaloryczność obiadu wynosi**: 645 kcal**

**Zwiera alergeny: ryby, jajka, ziarna zbóż zawierające gluten, sezam, gorczyca**

****

**PONIEDZIAŁEK 27.02.2017r.**

* **Zupa ogórkowa gotowana na wywarze z żeberek z ziemniakami i koperkiem (300ml) -160 kcal**
* **Chleb żytni (70g 2 kromki) - 149 kcal**
* **Baton Crunchy z żurawiną i maliną (35g) – 141,75 kcal**

Kaloryczność obiadu wynosi**: 450,75 kcal**

**Zwiera alergeny: seler, ziarna zbóż zawierające gluten, mleko, sezam, gorczyca**

**WTOREK 28.02.2017r.**

* **Drożdżówka z serem (120g) – 350 kcal**
* **Sok 100% wieloowocowy w kartoniku (0,2 l) – 98 kcal**

Kaloryczność obiadu wynosi: **430 kcal**

**Zawiera alergeny: ziarna zbóż zawierające gluten, sezam, jajka, mleko**