

Jadłospis

15.12.2025 Poniedziałek

Kotlet pojarsski

Ziemniaki

Surówka z białej kapusty

Woda z cytryną

Energia: 625 kcal Białko: 20.9 g Tłuszcze: 18.2 g Węglowodany: 80.5 g

16.12.2025 Wtorek

Zupa pomidorowa z ryżem

Gotowany filet z kurczaka

Jabłko

Pieczywo

Energia: 641 kcal Białko: 23,3 g Tłuszcze: 20,7g Węglowodany: 82g

17.12.2025 Środa

Risotto z warzywami

Kompot owocowy

Energia: 685 kcal Białko: 23.1g Tłuszcze: 25.1 g Węglowodany: 92,1 g

18. 12. 2025 Czwartek

Zupa ogórkowa

Pulpet gotowany

Chleb pszenno-żytni

Jogurt owocowy

Energia: 624 kcal Białko: 23.1 g Tłuszcze: 20,2g Węglowodany: 79.6g

19.12.2025 Piątek

Makaron w sosie serowym

Woda z cytryną

Energia: 649 kcal Białko: 28,8g Tłuszcze: 20,6 g Węglowodany: 91,9 g

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez pogrubienie.