

# Jadłospis wegetariańsko-rybny



<b>Dzień</b>	<b>Menu</b>	<b>Kcal</b>
<b>Poniedziałek</b> 21.11.2022 <small>Alergeny: 1,3,7</small>	<b>Żurek z jajkiem</b> <b>Naleśniki z musem jabłkowym</b> <b>Kompot, owoc</b>	Ok.710
<b>Wtorek</b> 22.11.2022	<b>Zupa brokułowa</b> <b>Gzika z ziemniakami i koperkiem</b> <b>Mizeria</b> <b>Kompot, owoc</b>	740
<b>Środa</b> 23.11.2022 <small>Alergeny: 1,3,7</small>	<b>Biały barszcyk</b> <b>Warzywa na patelni z kaszą gryczaną</b> <b>Kompot, owoc</b>	Ok.720
<b>Czwartek</b> 24.11.2022 <small>Alergeny: 1,3,7</small>	<b>Zupa ogórkowa</b> <b>Kotleciki wegetariańskie (sojowe) , ryż</b> <b>Surówka z czerwonej kapusty</b> <b>Kompot, owoc</b>	Ok. 730
<b>Piątek</b> 25.11.2022 <small>Alergeny: 1,3,4,7</small>	<b>Krupnik</b> <b>Filet rybny , pieczone ziemniaki</b> <b>Ogórek kiszony</b> <b>Kompot, owoc</b>	Ok.740

# Jadłospis obiadowy



<b>Dzień</b>	<b>Menu</b>	<b>Kcal</b>
<b>Poniedziałek</b> 21.11.2022 <small>Alergeny: 1,3,7</small>	<b>Żurek z jajkiem</b> <b>Naleśniki z musem jabłkowym</b> <b>Kompot, owoc</b>	Ok.710
<b>Wtorek</b> 22.11.2022	<b>Zupa brokułowa</b> <b>Kotlet schabowy z ziemniakami i koperkiem</b> <b>Mizeria</b> <b>Kompot, owoc</b>	740
<b>Środa</b> 23.11.2022 <small>Alergeny: 1,3,7</small>	<b>Biały barszczyk</b> <b>Gulasz mięsny z kaszą gryczaną</b> <b>Surówka z kiszonej kapusty</b> <b>Kompot, owoc</b>	Ok.720
<b>Czwartek</b> 24.11.2022 <small>Alergeny: 1,3,7</small>	<b>Zupa ogórkowa</b> <b>Kotleciki siekane z kurczaka, ryż</b> <b>Surówka z czerwonej kapusty</b> <b>Kompot, owoc</b>	Ok. 730
<b>Piątek</b> 25.11.2022 <small>Alergeny: 1,3,4,7</small>	<b>Krupnik</b> <b>Filet rybny , pieczone ziemniaki</b> <b>Ogórek kiszony</b> <b>Kompot, owoc</b>	Ok.740

# Jadłospis przedszkolaka



Dzień	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 21.11.2022 Alergeny:1,3,7	Ryż na mleku	<b>Żurek z jajkiem</b> <b>Naleśniki z jabłkiem</b> <b>Kompot, owoc</b>	Ciasteczka zbożowe Owoce
Wtorek 22.11.2022	Kaszka manna	<b>Zupa brokułowa</b> <b>Kotlet schabowy z ziemniakami. Mizeria</b> <b>Kompot, owoc</b>	Kanapki z wędliną i warzywami
Środa 23.11.2022 Alergeny:1,3,7	Płatki kukurydziane z mlekiem	<b>Biały barszczyk</b> <b>Gulasz mięsny z kaszą gryczaną</b> <b>Surówka z kiszonej kapusty</b> <b>Kompot, owoc</b>	Owoce chrupki
Czwartek 24.11.2022 Alergeny:1,3,7	Kakao Kanapki z dżemem	<b>Zupa ogórkowa</b> <b>Kotleciki siekane z kurczaka, ryż</b> <b>Surówka z czerwonej kapusty</b> <b>Kompot, owoc</b>	Kisiel truskawkowy Wafle
Piątek 25.11.2022 Alergeny: 1,3,4,7	Kluski z mlekiem	<b>Krupnik</b> <b>Ryba, frytki</b> <b>Ogórek kiszony</b> <b>Kompot, owoc</b>	Ciasto z owocami Soczek

**Przybliżona wartość kaloryczna 1058,0 kcal**