

JADŁOSPIS

DATA	NAZWA POTRAWY	ENERGIA (KAL)	BIĄŁKO OGÓLEM	TŁUSZCZE	WĘGLOWODANY
PONIEDZIAŁEK 25.11.2024	Pomidorowa z makaronem i mięsem zabieleną /1,7,9/ 300 g	152,00	7,50	3,50	23,80
	Pieczyno 30 g	294,00	8,28	1,56	52,84
WTOREK 26.11.2024	Ziemniaki z koperkiem 200 g	150,15	3,71	0,20	35,69
	Kotlet z piersi siekany pieczony /1,3/ 100 g	268,00	20,90	19,20	6,90
	Marchewka z groszkiem /7,/100 g	35,04	1,52	0,19	9,65
	Kompot wieloowocowy 200 ml	118,00	0,51	0,23	28,64
ŚRODA 27.11.2024	Ziemniaki z koperkiem 180 g	150,15	3,71	0,20	35,69
	Kotlet mielony w panierce z sezamem 100 g/1,3,11/	225,07	12,99	11,59	18,71
	Buraczki z jabłkiem 100 g	61,43	2,35	0,15	15,11
	Kompot wieloowocowy 200 ml	118,00	0,51	0,23	28,64
CZWARTEK 28.11.2024	Zupa gołąbkowa /7,9/ 300 g	101,11	8,03	3,89	8,45
	Pieczyno 30 g	294,00	8,28	1,56	52,84
PIĄTEK 29.11.2024	Ziemniaki z koperkiem 180 g	150,15	3,71	0,20	35,69
	Burger z mintaja z warzywami 100 g /1,3,4/	256,00	15,00	18,00	10,00
	Kompot wieloowocowy 200 ml	118,00	0,51	0,15	15,11
	Surówka z kiszanej kapusty z marchewką 100 g	61,71	1,00	5,30	7,24

FIRMOWO-USŁUGOWA
DIETETYKA
 Dietetyka Drużba
 70-330 Potęgowo
 tel. 0501 786 602
 REGON 141600255, NIP 841-109-29-53