

OBIADY DLA KLAS SPORTOWYCH

19-30.09.2022r.



Data	Danie	Alergeny
PONIEDZIAŁEK 19.09.2022	Krem z dyni 200 ml Szyńka pieczona 100 g, kasza gryczana 100 g, surówka z ogórka kiszzonego 100 g, woda z cytryną	1,7
WTOREK 20.09.2022	Kapuśniak ze słodkiej kapusty 200 ml, Udko pieczone 100 g, kasza bulgur 100 g, surówka z marchwi 100 g, woda z cytryną	1,9
ŚRODA 21.09.2022	Żurek 200 g, Pulpety drobiowe w sosie koperkowym 100g, ryż 100 g, marchewka z groszkiem 100 g, woda z cytryną	1,3,7
CZWARTEK 22.09.2022	Zupa gulaszowa 200 ml, Devolay 1 szt, części ziemniaczane 100 g, surówka wiosenna 100 g, woda z cytryną	1,3,7,9
PIĄTEK 23.09.2022	Zupa mleczna 200 ml, Paluszki rybne z fileta 100 g, frytki 100 g, surówka colesław 100 g, woda z cytryną	1,3,4,7
PONIEDZIAŁEK 26.09.2022	Zupa pomidorowa 200 ml, Gulasz wieprzowy 100 g, kasza jęczmienna 100 g, buraczki 100g, woda z cytryną	1,3,7,9
WTOREK 27.09.2022	Zupa meksykańska 200 ml, Potrawka z kurczaka z warzywami 150 g, ryż 100 g, woda z cytryną	1,7,9
ŚRODA 28.09.2022	Zupa z soczewicy 200 ml, Zraz drobiowy 100 g, kasza bulgur 100g, surówka z kapusty 100 g, woda z cytryną	1,6,7,9
CZWARTEK 29.09.2022	Krem z groszku 200 ml, Gołąbki w sosie pomidorowym 100 g, ryż 100 g, surówka z marchwi 100 g, woda z cytryną	1,7
PIĄTEK 30.09.2022	Zupa mleczna 200 g, Łosoś na parze 100 g, makaron z sosem beszamel 100 g, surówka z ogórka kiszzonego 100 g, woda	1,3,4,7