**Jadłospis 2000 kacl**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 11.09.2017, 1974, B=116, W=283 T=55 Bł= 40 | | | | |
| Śniadanie: Pieczywo, schab, warzywo  483 kcal | Drugie śniadanie:  Jogurt, otręby , rodzynki 219 kacl | Obiad: Zupa, pierś z kurczaka, kasza, warzywa gotowane  740 kcal | Podwieczorek:  Owoce  37 kcal | Kolacja: Sałatka ryżowa  498 kcal |
| 12.09.2017 2001 kcal, B=90, W=250, T=83, Bł=30 | | | | |
| Śniadanie:  Pieczywo, pasta z jaj, warzyw 379 kcal | Drugie śniadanie:  Twarożek  155 kcal | Obiad : Zupa, indyk, ryż, surówka 853 kcal | Podwieczorek:  Koktajl owocowy  186 kcal | Kolacja: Sałatka  420 kcal |
| 13.09.2017 1973 kcal, B=87, W=279, T= 69, Bł= 36 | | | | |
| Śniadanie:  Płatki jaglane z owocami  602 kcal | Drugie śniadanie: Pomidor z sosem czosnkowym  109 kcal | Obiad: Zupa, pulpety, kasza, surówka 844 kcal | Podwieczorek:  Owoc 69 kcal | Kolacja: Krem  350 kcal |
| 14.09.2017, 1991 kcal, B=110, W= 132, T=85, Bł=37 | | | | |
| Śniadanie:  Pieczywo, szynka, warzywo  499 kcal | Drugie śniadanie:  Chłodnik  108 kcal | Obiad: Zupa, udko z kurczaka, kasza, surówka  786 kcal | Podwieczorek:  Ciasto marchewkowe  203 kcal | Kolacja:  Zapiekanka  395 kcal |
| 15.09.2017 1982 kcal B=105 W=383 T=38 Bł= 40 | | | | |
| Śniadanie:  Pieczywo, twarożek, warzywo  412 kcal | Drugie śniadanie:  Dip, warzywa  303 kcal | Obiad: Zupa, ryba po grecku, ziemniaki 564 kcal | Podwieczorek:  Sałatka owocowa  133 kcal | Kolacja: Leczo  570 kcal |
| 16.09.2017 2046 B=111 W=262 T=65 Bł=26 | | | | |
| Śniadanie:  Kiełbaski zapiekane, warzywa  389 kcal | Drugie śniadanie:  Sałatka z mozzarellą  295 kcal | Obiad: Zupa, roladki z indyka, ryż, grillowane warzywa  714 kcal | Podwieczorek:  Owoc  74kcal | Kolacja: Naleśniki po meksykańska  574 kcal |
| 17.09.2017, 1955kcal B=46 W=338 T=54 Bł= 44 | | | | |
| Śniadanie:  Pieczywo, ser, szynka, warzywo  528 kcal | Drugie śniadanie:  Tabule owocowe  355 kcal | Obiad: Zupa, strogonow, kasza, ogórek  684 kcal | Podwieczorek:  Owoc  84 kcal | Kolacja: Papryka faszerowana  304 kcal |