**Jadłospis 800 kacl wegetariański**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 11.09.2017, 803 kcal, B=51, W=107 T24 Bł= 15 | | | | |
| Śniadanie:  Pieczywo, pasztet wega, warzywo  209 kcal |  | Obiad: Gulasz wege kasza, warzywa gotowane  369 kacl |  | Kolacja: Sałatka ryżowa  225 kcal |
| 12.09.2017 835 kcal, B=43, W=120, T=20, Bł=12 | | | | |
| Śniadanie:  Pieczywo, pasta z jaj, warzywo  253 kcal |  | Obiad : Hamburger z fasoli , ryż, surówka  372 kcal |  | Kolacja: Sałatka  210 kcal |
| 13.09.2017 806 kcal, B=42, W=108, T= 27, Bł= 16 | | | | |
| Śniadanie:  Płatki jaglane z owocami  325 kcal |  | Obiad: Pulpety wega, kasza, surówka  353 kcal |  | Kolacja: Krem  128kcal |
| 14.09.2017, 800 kcal, B=51, W= 81 T=37, Bł=17 | | | | |
| Śniadanie:  Pieczywo z szynką, warzywo  256 kcal |  | Obiad: Kotlety z soczewicy, kasza, surówka  359 kcal |  | Kolacja: Zapiekanka185kcal |
| 15.09.2017 787 kcal B=50 W=120 T=12 Bł= 19 | | | | |
| Śniadanie:  Pieczywo, twarożek, warzywo  250 kcal |  | Obiad: Ryba po grecku, ziemniaki,  331kcal |  | Kolacja: Leczo  206 kcal |
| 16.09.2017 847 B=50 W=112 T=25 Bł=14 | | | | |
| Śniadanie:  Warzywa zapiekane, warzywa  314 kcal |  | Obiad: Roladki wege, ryż, grillowane warzywa  259kcal |  | Kolacja: Naleśniki po meksykańska  274 kcal |
| 17.0\*.2017 791 kcal B=35 W=127 T=25 Bł= 23 | | | | |
| Śniadanie:  Pieczywo, sery, warzywo  315 kcal |  | Obiad: Strogonow wega, kasza, ogórek  329 kcal |  | Kolacja: Papryka faszerowana    144 kcal |