

jadłospis dekadowy – WEGETARIAŃSKI

		Opis posiłku proponowanego przez Wykonawcę	Gramatura posiłku	Kaloryczność posiłku
9.09	Zupa	Zupa ogórkowa	250 g	200 Kcal
	II danie	Spaghetti bolognese z pieczarkami, surówka z białej kapusty z orzechami	200/150/150 g	720 Kcal
	woda	woda	200 g	-----
	Deser	Owoc	150 g	100 Kcal
10.09	Zupa	Krupnik jęczmienny	250 g	180 Kcal
	II danie	Cukinia faszerowana warzywami i ryżem, ziemniaki, surówka z marchwi	200/150/150 g	660 Kcal
	woda	Woda	200 g	-----
11.09	Zupa	Zupa kalafiorowa	250 g	210 Kcal
	I I danie	Naleśniki z twarogiem	260 g	560 Kcal
	woda	Woda	200 g	-----
	Deser	Owoc	150 g	100 Kcal
12.09	Zupa	Zupa marchewkowa z soczewicą	250 g	190 Kcal
	II danie	Gołąbek z kaszą bulgur i warzywami, ziemniaki, sałatka z buraczka	150/150/100 g	660 Kcal
	woda	Woda	200 g	-----
13.09	Zupa	Zupa grochowa	250 g	220 Kcal
	II danie	Placki z kaszy gryczanej i twarogu, surówka z kiszanej kapusty	270/100 g	700 Kcal
	woda	Woda	200 g	-----
	Deser	Owoc	150 g	100 Kcal
16.09	Zupa	Zupa pomidorowa	250 g	210 Kcal
	I I danie	Kotleciki z soi, ziemniaki, surówka z białej kapusty	100/150/100 g	450 Kcal
	woda	Woda	200 g	-----
	Deser	Owoc	150 g	100 Kcal
17.09	Zupa	Barszcz czerwony	250 g	170 Kcal
	I I danie	Gulasz z fasoli i grzybów, ziemniaki, surówka z rzodkwi i marchwi	150/150/100 g	680 Kcal
	woda	Woda	200 g	-----
18.09	Zupa	Zupa jarzynowa	250 g	220 Kcal
	II danie	Kluski ziemniaczane z twarogiem, kapusta kiszona, gotowana	250/70/100 g	750 Kcal
	woda	Woda	200 g	-----
19.09	Zupa	Zupa szczawiowa z jajkiem	250 g	210 Kcal
	II danie	Gulasz warzywny z bakłażanem, kasza jęczmienna, mizeria	150/200/100 g	650 Kcal
	woda	Woda	200 g	-----
20.09	Zupa	Zupa z soczewicy	250 g	150 Kcal
	II danie	Jajka gotowane w sosie koperkowym, ziemniaki, marchew gotowana	120/150/100 g	620 Kcal
	woda	woda	200 g	-----
	Deser	Owoc	150 g	100 Kcal