

DATA	KCAL	DIETA Z NISKIM INDEKSEM GLIKEMICZNYM
PONIEDZIAŁEK 23.03	540 kcal	Zupa (9) ogórkowa Makaron z mąki DURUM (1) w sosie serowo-ziołowym (7) , kapusta pekińska z papryką i kukurydzą Kompot 200ml
WTOREK 24.03	530 kcal	Barszcz czerwony z ziemniakami Pulpety (1, 3, 9) w sosie pieczarkowym, ryż, surówka Colesław Kompot 200ml
ŚRODA 25.03	450 kcal	Zupa (9) jesienna Kluski śląskie (3) z gulaszem wp. Surówka z ogórków kiszonych Kompot 200ml
CZWARTEK 26.03	560 kcal	Zupa (9) grochowa Podudzie kurczaka pieczone z tymiankiem Ziemniaki gotowane Surówka z buraków Kompot 200ml
PIĄTEK 27.03	540 kcal	Zupa (9) pomidorowa z makaronem (1) Ryba (3) panierowana W BUŁCE BEZGLUTENOWEJ Ziemniaki gotowane Parowana fasolka szparagowa Kompot 200ml