NR 4 od dnia 26-02-2024 do 01-03-2024

|  |
| --- |
| **Poniedziałek** |
| Zupa ogórkowa z ryżem (300ml) | Włoszczyzna (marchew, pietruszka, **seler**,por) 150gOgórek kiszony 150gRyż biały 50gŚmietana 18% **mleko-laktoza** 10gSól pieprz do smaku | Wartość energetyczna:136 kcal |  |
| Filet drobiowy w sosie koperkowym,Ziemniaki z koperkiem,Surówka z marchewki z jabłkiemKompot owocowy (200ml) | Filet drobiowy 100gOlej roślinny 10gZiemniaki 150gSos koperkowy 20 gMąka **gluten** 10gMarchewka 30gJabłko 10gSzczypta cukru do smakuKompot owocowy 200ml | Wartość energetyczna:490 kcalRazem: 626 kcal |  |
| **Wtorek** |
| Zupa zalewajka z ziemniakami (300 ml) | Włoszczyzna (marchew, pietruszka **seler,** por) 150gŻur **gluten** 200gZiemniaki 100gŚmietana 18% **mleko-laktoza** 10gMąka pszenna **gluten** 5gZiele, pietruszka Sól pieprz majeranek do smaku | Wartość energetyczna:200 kcal |  |
| Łazanki z mięsemKompot owocowy (200ml) | Makaron **gluten** łazankowy 100g**Jajko** 5gŁopatka wieprzowa 70gUdziec z kurczaka 100gkapusta 100gCebula 5gOlej rzepakowy 5gPieprz, sól, zioła wg uznaniaKompot 200ml | Wartość energetyczna:531 kcalRazem: 731 kcal |  |

|  |
| --- |
| **Środa** |
| Zupa cebulowa z grzankami (300ml) | Włoszczyzna (marchew, pietruszka **seler**) 100gPorcje rosołowe 150gCebula 50gMąka pszenna **gluten** 5gŚmietana 18% **mleko-laktoza** 30gMasło **laktoza** 5gGrzanki **gluten** 5gSól pieprz do smakuZiele ang.  | Wartość energetyczna:199 kcal |  |
| Stek drobiowo wieprzowy, z sosem pieczeniowym, Z ryżem i sałatką z czerwonej kapustyKompot owocowy (200ml) | Udziec drobiowy 50gŁopatka wieprzowa 50gOlej roślinny 3gMąka pszenna **gluten** 3gŚmietana 18% **mleko-laktoza** 10gRyż biały 100gKapusta czerwona 20gCebula 5gOlej roślinny 5gCytryna, Sól pieprz, cukier do smakuKompot 200ml | Wartość energetyczna:508 kcalRazem: 707 kcal |  |
| **Czwartek** |
| Rosół z makaronem (300ml) | Włoszczyzna (marchew, pietruszka **seler,** por) 150gPorcje rosołowe 150gPorcje wołowe 50gMakaron **gluten** 50g**Jajka** 5gSól pieprz do smaku  | Wartość energetyczna:213 kcal |  |
| Eskalopka drobiowaZiemniaki z koperkiemSałatka z kapustypekińskiej Kompot owocowy (200ml) | Filet drobiowy100g**Jajko** 5gOlej 5gZiemniaki 150gSól do smakuSałata pekińska 80gMarchew 20gŚmietana 18% **mleko-laktoza** 10gPietruszka, sól, cukier, wg uznaniaKompot 200 ml | Wartość energetyczna:466 kcalRazem: 679 kcal |  |

|  |
| --- |
| **Piątek** |
| Barszcz ukraiński(300 ml) | Włoszczyzna (marchew, pietruszka **seler**,por) 50gBuraki 50gFasola biła 40gZiemniaki 50gŚmietana **mleko-laktoza** 10gMąka pszenna **gluten** 3gSól, pieprz, ziele angielskie do smaku | Wartość energetyczna:213 kcal |  |
| Makaron z białym serem z cukrem i bitą śmietanąKompot owocowy (200ml) | Makaron **gluten** 200g**Jajko** 5gSer biały **laktoza** 50gŚmietana 18% **mleko-laktoza** 20gCukier puder do smakuKompot 200 ml | Wartość energetyczna:471 kcalRazem 684 kcal  | Alergeny: mleko, mąka, gluten, |