**NR 5 od dnia 04-03-2024 do 08-03-2024**

|  |
| --- |
| **Poniedziałek** |
| Zupa ziemniaczana (300ml) | Włoszczyzna (marchew, pietruszka, **seler**,por) 175gZiemniaki 100gŚmietana 18% **mleko-laktoza** 15gMasło **laktoza** 3gSól pieprz do smakuZiele ang. Liść laur. | Wartość energetyczna:187 kcal |  |
| Gulasz wieprzowy z szynkiKasza jęczmiennaSałatka z kapusty czerwonej Kompot owocowy (200ml) | Mięso wieprzowe 80g Olej roślinny 3gKoncentrat pomidorowy 20gMąka pszenna **gluten** 2gSól, pieprz do smaku Kasza jęczmienna **gluten** 150gKapusta czerwona 100gKompot 200ml | Wartość energetyczna:420 kcal**Razem: 607 kcal** |  |
| **Wtorek** |
| Zupa pieczarkowa z makaronem (300 ml) | Włoszczyzna (marchew, pietruszka **seler,** por) 75gPieczarki 10gMasło **laktoza** 3gŚmietana 18% **mleko-laktoza** 20gMakaron **gluten** 50gSól pieprz do smaku  | Wartość energetyczna:197 kcal |  |
| Kotlet po szwajcarskuZiemniaki z koperkiem Sałatka z marchewki z jabłkiemKompot owocowy (200ml) | Mięso drobiowe 100g Szynka 5gSer żółty 3gOlej roślinny 3gMarchewka 100gJabłka 10gKompot 200ml | Wartość energetyczna:436 kcal**Razem: 633 kcal** |  |
| **Środa** |
| Zupa koperkowa z ryżem (300ml) | Włoszczyzna (marchew, pietruszka **seler**) 100gPorcja rosołowa 25gKoperek 30gŚmietana 18% mleko-laktoza 10gRyż 75gSól pieprz do smakuZiele ang. Liść laur. | Wartość energetyczna:165 kcal |  |
| Lasagne z mięsem mielonym i beszamelemKompot owocowy (200ml) | Makaron z mąki pszennej **gluten** 150gMięso drobiowe udz. 150gMięso wieprzowe łop. 150gOlej słonecznikowy 1gKoncentrat pomidorowy 2g**Mleko laktoza** 20gZioła prowansalskie, tymianek, oregano, Sól pieprz do smakuKompot 200ml | Wartość energetyczna:498 kcal**Razem: 663** |  |
| **Czwartek** |
| Rosół z makaronem (300ml) | Włoszczyzna (marchew, pietruszka, **seler,** por) 150gPorcje rosołowe 150gPorcje wołowe 50gMakaron **gluten**  50gSól pieprz do smaku  | Wartość energetyczna:213 kcal |  |
| Kotlet Devolay Ziemniaki z koperkiem Sałata pekińskaKompot owocowy (200ml) | Pierś z kurczaka z 100gMasło **laktoza** 20g**Jajka** 6gBułka tarta **gluten** 6gOlej słonecznikowy 6gZiemniaki 150gSałata pekińska 60gPomidory 15gOgórki 15gKukurydza/fasola 10gOlej słonecznikowy 6gSól pieprz czosnek do smakuKompot 200 ml | Wartość energetyczna:509 kcalRazem: 722 kcal |  |

|  |
| --- |
| **Piątek** |
| Zupa fasolowa z makaronem (300 ml) | Włoszczyzna (marchew, pietruszka, **seler,** por) 100gFasola 20gMakaron **gluten** 50gMasło **laktoza** 5gKiełbasa podwawelska 15gSól, pieprz do smakuZiele ang. Liść laur. | Wartość energetyczna:196 kcal |  |
| Ryż z jabłkami prażonymiKompot owocowy (200ml) | Ryż 200gJabłka 160gCukier do smaku 10gKompot 200 ml | Wartość energetyczna:457 kcalRazem: 653 kcal |  |