

NR 1 od dnia 15-04-2024 do 19-04-2024

Poniedziałek			
Zupa kalafiorowa z zacierką (300 ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka, <b>seler</b> ) 75g Kalafior 50g Śmietana - <b>mleko laktoza</b> 18% 10g Mąka pszenna <b>gluten</b> 3g <b>Jajka</b> 2 g Tuszka kury 35g Koper 3g Makaron zacierka <b>gluten</b> 50g Sól pieprz do smaku	Wartość energetyczna: 200 kcal	
Polędwiczki drobiowe w złocistej panierce, ziemniaki z koperkiem, surówka z marchewki	Filet z kurczaka 150g Mąka pszenna <b>gluten</b> 2g Bułka tarta <b>gluten</b> 6g <b>Jajka</b> 6g Olej rzepakowy 5g Sól pieprz do smaku Ziemniaki 150g Marchew 100g Jabłka 50g Cytryna cukier do smaku Kompot 200ml	Wartość energetyczna: 490 kcal  Razem: 690 kcal	
Kompot owocowy (200 ml)			
Wtorek			
Zupa porowa z makaronem(300 ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka <b>seler</b> , por) 100g Pory 50g Makaron <b>gluten</b> 20g Śmietana <b>mleko-laktoza</b> 18% 10g Mąka pszenna <b>gluten</b> 5g Sól, pieprz do smaku Ziele angielskie, liść laurowy	Wartość energetyczna: 193kcal	
Kotlet mielony Ziemniaki piure z koperkiem, surówka z białej kapusty	Mięso drobiowe 50g Mięso wieprzowe 50g <b>Jajka</b> 5g Mąka pszenna <b>gluten</b> 3g Bułka tarta <b>gluten</b> 3g Olej roślinny 10g Sól pieprz do smaku	Wartość energetyczna: 422 kcal  Razem: 615 kcal	
Kompot wieloowocowy (200ml)			

	Ziemniaki 150g Kompot 200ml		
<b>Środa</b>			
Zupa jarzynowa z ziemniakami (300 ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por) 100g Porcje rosółowe 10g Ziemniaki 75g Mąka pszenna <u>gluten</u> 3g Śmietana <u>mleko-laktoza</u> 18% 20g Ziele, pietruszka, sól wg uznania	Wartość energetyczna: 164 kcal	
Udko z kurczaka, ziemniaki z koperkiem Sałatka z buraczków	Udko z kurczaka 120g Olej 3g Sól pieprz do smaku Ziemniaki 100g Buraki czerwone 100g Jabłka 10g Kompot 200ml	Wartość energetyczna: 435 kcal	
Kompot owocowy (200ml)		Razem: <b>600 kcal</b>	
<b>Czwartek</b>			
Rosół z makaronem (300ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por) 150g Porcje rosółowe 150g Porcje wołowe 50g Makaron <u>gluten</u> 50g Mąka pszenna <u>gluten</u> 7g <u>Jajka</u> 3g Sól pieprz do smaku	Wartość energetyczna: 202 kcal	
Wieprzowina w sosie potrawkowym, ryż, sałatka z ogórków kiszonych i papryki	Mięso wieprzowe z szynki 100g Mąka pszenna 10g Cebula 10g Śmietana <u>mleko-laktoza</u> 18% 20g Sól pieprz do smaku Ryż 100g Ogórki kiszone 100g Papryka 5g Olej 5g Sól pieprz cukier cytryna do smaku Kompot 200 ml	Wartość energetyczna: 479 kcal	
Kompot owocowy (200ml)		Razem: 681 kcal	
<b>Piątek</b>			
Barszcz czerwony	Włoszczyzna (marchew,	Wartość energetyczna:	

zabielany z ziemniakami (300 ml)	pietruszka, <b>seler</b> , por)100g Porcje rosółowe 20g Burak czerwony 60g Ziemniaki 100g Śmietana <b>mleko-  laktoza</b> 18% 20g Mąka pszenna <b>gluten</b> 5g Ziele, sól, pieprz wg uznania	255 kcal	
Dorsz w złocistej panierce, ziemniaki z koperkiem, sałata z kapusty czerwonej  Kompot owocowy (200ml)	<b>Dorsz</b> 100g Bułka tarta <b>gluten</b> 6g <b>Jajka</b> 15g Olej 3g Ziemniaki 150g Kapusta czerwona 80g Marchewka 30g Cebula 10g Pietruszka natka 3g Olej 6g Sól, pieprz, cytryna, czosnek, cukier, wg uznania Kompot 200 ml	Wartość energetyczna: 425 kcal  Razem: 680 kcal	