

NR 2 od dnia 22-04-2024 do 26-04-2024

Poniedziałek			
Zupa grysikowa na rosole (300ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka <u>seler</u> ) 75g Tuszka kury 200g Kasza manna <u>gluten</u> 50g Sól pieprz do smaku	Wartość energetyczna: 250 kcal	
Pulpety w sosie pomidorowym, kasza, sałatka z ogórków kiszonych i papryki  Kompot owocowy (250 ml)	Mięso drobiowe 50g Mięso wieprzowe 50g Przecier pomidorowy 5g Cebula 5g Mąka pszenna <u>gluten</u> 10g Śmietana 18% <u>mleko – laktoza</u> 15g Sól, pieprz do smaku Ogórki kiszone 100g Papryka 5g Olej roślinny 5g Sól, pieprz, wg uznania Kasza jęczmienna <u>gluten</u> 100g Kompot 200ml	Wartość energetyczna: 409 kcal          Razem: 659 kcal	
Wtorek			
Zupa pomidorowa z ryżem, zabelana śmietaną (300ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka <u>seler</u> , por) 100g Porcje rosółowe 150g Przecier pomidorowy 15g Ryż 50g Śmietana <u>mleko-laktoza</u> 18% 10g Sól, pieprz do smaku	Wartość energetyczna: 171 kcal	
Kotlet schabowy Ziemniaki piure z koperkiem, surówka z białej kapusty  Kompot wieloowocowy (200ml)	Schab bez kości 100g <u>Jajka</u> 5g Bułka tarta <u>gluten</u> 3g Olej roślinny 10g Sól pieprz do smaku Ziemniaki 150g Marchew 80g Kapusta biała 20g Mąka pszenna <u>gluten</u> 10g Sól, pieprz do smaku Kompot 200ml	Wartość energetyczna: 502 kcal          Razem: 673 kcal	
Środa			
Żurek z białą kiełbasą i ziemniakami (300ml)	Zakwas żurek <u>gluten</u> 200g Kiełbasa biała wieprzowa 30g <u>soja; może zawierać:</u>	Wartość energetyczna: kcal 213	

	<p><b><u>seler, zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca.</u></b>  Cebula 10g  Śmietana <b><u>mleko-laktoza</u></b> 18% 10g  Mąka pszenna <b><u>gluten</u></b> 2g  Ziemniaki 50g  Ziele, sól, pieprz wg uznania</p>		
Makaron penne z kurczakiem i szpinakiem	Pierś z kurczaka 100g Olej roślinny 3g Mąka pszenna <b><u>gluten</u></b> 3g Śmietana <b><u>mleko-laktoza</u></b> 18% 30g Makaron <b><u>gluten</u></b> 100g Szpinak 5 g	Wartość energetyczna: kcal 395	
Kompot owocowy (200ml)	Kompot 200ml	Razem: 608 kcal	
<b>Czwartek</b>			
Rosół z makaronem (300ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka <b><u>seler</u></b> , por) 150g Porcje rosołowe 150g Porcje wołowe 50g Makaron <b><u>gluten</u></b> 50g <b><u>Jajka</u></b> 3g Sól pieprz do smaku	Wartość energetyczna: 219 kcal	
Kotlet drobiowy w płatkach kukurydzianych, ziemniaki z koperkiem, surówka z marchewki	Pierś z kurczaka 100g <b><u>Jajka</u></b> 6g Mąka pszenna <b><u>gluten</u></b> 30g Płatki kukurydziane 5g Olej rzepakowy 50g Sól pieprz do smaku Ziemniaki 100g Marchew 80g Jabłko 20g Cytryna, cukier do smaku	Wartość energetyczna: 485 kcal	
Kompot owocowy (200ml)	Kompot 200 ml	Razem: 704 kcal	

<b>Piątek</b>			
Zupa grochowa z ziemniakami (300 ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka <b><u>seler</u></b> , por) 75g Groch 30g Ziemniaki 150g	Wartość energetyczna: 307 kcal	

	<p>Masło <b><u>mleko- laktoza</u></b> 5g  Kiełbasa podwawelska  20g <b><u>może zawierać: seler, zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca.</u></b>  Majeranek  Sól, pieprz do smaku</p>		
<p>Ryż biały z musem truskawkowym na bazie jogurtu greckiego ,bita śmietaną</p> <p>Kompot owocowy (200ml)</p>	<p>Ryż 150g  Mus truskawkowy 50g  Jogurt Grecki <b><u>mleko</u></b> 10g  Cukier 5g  Bita śmietana <b><u>mleko- laktoza</u></b>  Kompot 200 ml</p>	<p>Wartość energetyczna:  329 kcal</p> <p>Razem: 636 kcal</p>	