

NR 4 od dnia 06-05-2024 do 10-05-2024

Poniedziałek			
Zupa ogórkowa z ryżem (300ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka, <b>seler</b> , por) 150g Ogórek kiszony 150g Ryż biały 50g Śmietana 18% <b>mleko-laktoza</b> 10g Sól pieprz do smaku	Wartość energetyczna: 136 kcal	
Filet drobiowy w sosie koperkowym, Ziemniaki z koperkiem, Surówka z marchewki z jabłkiem	Filet drobiowy 100g Olej roślinny 10g Ziemniaki 150g Sos koperkowy 20 g Mąka <b>gluten</b> 10g Marchewka 30g Jabłko 10g Szczypta cukru do smaku	Wartość energetyczna: 490 kcal	
Kompot owocowy (200ml)	Kompot owocowy 200ml	Razem: 626 kcal	
Wtorek			
Zupa zalewajka z ziemniakami (300 ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka <b>seler</b> , por) 150g Żur <b>gluten</b> 200g Ziemniaki 100g Śmietana 18% <b>mleko-laktoza</b> 10g Mąka pszenna <b>gluten</b> 5g Ziele, pietruszka Sól pieprz majeranek do smaku	Wartość energetyczna: 200 kcal	
Łazanki z mięsem	Makaron <b>gluten</b> łazankowy 100g <b>Jajko</b> 5g Łopátka wieprzowa 70g Udziec z kurczaka 100g kapusta 100g Cebula 5g Olej rzepakowy 5g Pieprz, sól, zioła wg uznania	Wartość energetyczna: 531 kcal	
Kompot owocowy (200ml)	Kompot 200ml	Razem: 731 kcal	

Środa			
Zupa cebulowa z grzankami (300ml)	Włoszczyzna (marchew, pietruszka <b>seler</b> ) 100g Porcje rosółowe 150g	Wartość energetyczna: 199 kcal	

	<p>Cebula 50g  Mąka pszenna <b>gluten</b> 5g  Śmietana 18% <b>mleko-laktoza</b> 30g  Masło <b>laktoza</b> 5g  Grzanki <b>gluten</b> 5g  Sól pieprz do smaku  Ziele ang.</p>		
<p>Stek drobiowo wieprzowy, z sosem pieczeniowym, Z ryżem i sałatką z czerwonej kapusty</p> <p>Kompot owocowy (200ml)</p>	<p>Udziec drobiowy 50g  Łopátka wieprzowa 50g  Olej roślinny 3g  Mąka pszenna <b>gluten</b> 3g  Śmietana 18% <b>mleko-laktoza</b> 10g  Ryż biały 100g  Kapusta czerwona 20g  Cebula 5g  Olej roślinny 5g  Cytryna, Sól pieprz, cukier do smaku  Kompot 200ml</p>	<p>Wartość energetyczna: 508 kcal</p> <p>Razem: 707 kcal</p>	
<b>Czwartek</b>			
<p>Rosół z makaronem (300ml)</p>	<p>Włoszczyzna (marchew, pietruszka <b>seler</b>, por) 150g  Porcje rosółowe 150g  Porcje wołowe 50g  Makaron <b>gluten</b> 50g  <b>Jajka</b> 5g  Sól pieprz do smaku</p>	<p>Wartość energetyczna: 213 kcal</p>	
<p>Eskalopka drobiowa  Ziemniaki z koperkiem  Sałatka z kapusty pekińskiej</p> <p>Kompot owocowy (200ml)</p>	<p>Filet drobiowy 100g  <b>Jajko</b> 5g  Olej 5g  Ziemniaki 150g  Sól do smaku  Sałata pekińska 80g  Marchew 20g  Śmietana 18% <b>mleko-laktoza</b> 10g  Pietruszka, sól, cukier, wg uznania  Kompot 200 ml</p>	<p>Wartość energetyczna: 466 kcal</p> <p>Razem: 679 kcal</p>	

<b>Piątek</b>			
<p>Barszcz ukraiński (300 ml)</p>	<p>Włoszczyzna (marchew, pietruszka <b>seler</b>, por) 50g  Buraki 50g</p>	<p>Wartość energetyczna: 213 kcal</p>	

	<p>Fasola biała 40g  Ziemniaki 50g  Śmietana <b><u>mleko-laktoza</u></b>  10g  Mąka pszenna <b><u>gluten</u></b> 3g  Sól, pieprz, ziele  angielskie do smaku</p>		
<p>Makaron z białym serem z  cukrem i bitą śmietaną</p> <p>Kompot owocowy (200ml)</p>	<p>Makaron <b><u>gluten</u></b> 200g  <b><u>Jajko</u></b> 5g  Ser biały <b><u>laktoza</u></b> 50g  Śmietana 18% <b><u>mleko-  laktoza</u></b> 20g  Cukier puder do smaku</p> <p>Kompot 200 ml</p>	<p>Wartość  energetyczna:  471 kcal</p> <p>Razem 684 kcal</p>	<p>Alergeny: mleko,  mąka, gluten,</p>