

JADŁOSPIS 01.04-05.04.2024

PONIEDZIAŁEK - 01.04.2024

ŚWIĘTA WIELKANOCNE

WTOREK - 02.04.2024 - 1027 kcal

Śniadanie: weka (15g) [zawiera gluten], masło (5g), [zawiera masło], płatki kukurydziane (20g), mleko(150 ml) [zawiera mleko, gluten] **(228 kcal)**

II Śniadanie: melon (90g) **(32 kcal)**

Obiad: Zupa krem warzywny z pieczoną dynią i grzankami(300g) [zawiera seler, gluten, mleko], kluski na parze z polewą owocowo-jogurtową (150g) [zawiera mleko, jaja, gluten], marchewka tarta (30), kompot (150g) **(577 kcal)**

Podwieczorek: chleb graham (40 g)[zawiera gluten], masło (5 g)[zawiera mleko], szynka wieprzowa (20g), ogórek kiszony (20g) **(190 kcal)**

ŚRODA - 03.04.2024 - 997 kcal

Śniadanie: chleb pszenno-żytni (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], twarożek z rzodkiewką (15g) [zawiera mleko], herbata z cytryną (150 ml) **(180 kcal)**

II Śniadanie: jabłko (90g) **(49 kcal)**

Obiad: Zupa pomidorowa z zacierką (300g) [zawiera gluten, seler, jaja, mleko], ryż brązowy (80g), udko z kurczaka pieczone b/k (80g), warzywa „Garni” na parze (50g), kompot (150g) **(604 kcal)**

Podwieczorek: budyń śmietankowy [zawiera mleko], banan **(164 kcal)**

CZWARTEK - 04.04.2024 - 1050 kcal

Śniadanie: chleb graham (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], szynka drobiowa (20g), pomidor (20g), papryka (20 g), kakao (150 ml) [zawiera mleko] **(251 kcal)**

II Śniadanie: banan (90g) **(80 kcal)**

Obiad: Krupnik z kaszą jęczmienną(300g) [zawiera gluten, seler, mleko], naleśniki z serem białym i polewą owocową (160g) [zawiera gluten, jaja, mleko], pomarańcza (50g), kompot (150g) **(555 kcal)**

Podwieczorek: weka (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], pasztet wieprzowy (15g) [zawiera mleko], ogórek (20g), herbata z lipy (150 ml) **(164 kcal)**

PIĄTEK - 05.04.2024 - 1134 kcal

Śniadanie: weka (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], pasta z jajek i kukurydzy (15 g) [zawiera jaja], kakao (150 ml) [zawiera mleko] **(303 kcal)**

II Śniadanie: jabłko (90g) **(49 kcal)**

Obiad: Zupa kalafiorowa z makaronem (300g) [zawiera seler, mleko, gluten, jaja], ziemniaki (100g) [zawiera mleko], kotlet z ryby(80g) [zawiera rybę, jaja, gluten], surówka z kapusty kiszonej z marchewką i jabłkiem (70g), kompot (150g) **(517 kcal)**

Podwieczorek: kisiel z owocami (150 m), bułka maślana [zawiera gluten] (60g), masło (5g) **(265 kcal)**