

## JADŁOSPIS 25.03 - 29.03.2024

PONIEDZIAŁEK - 25.03.2024 - 988 kcal

**Śniadanie:** weka (15g) [zawiera gluten], masło (5g), [zawiera masło], płatki owsiane na mleku (150 ml) [zawiera mleko, gluten] **(158kcal)**

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

**Obiad:** Zupa krem z białych warzyw z grzankami graham (300g) [zawiera gluten, seler, mleko], kasza kuskus (80g) [zawiera gluten], filet z indyka z warzywami w łagodnym sosie curry (140g) [zawiera gluten, mleko], kompot (150g) **(599 kcal)**

**Podwieczorek:** budyń śmietankowy (150ml), banan (50g) **(182kcal)**

WTOREK - 26.03.2024 - 1109 kcal

**Śniadanie:** chleb żytni (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], szynka wiejska (20g) pomidor (20g), papryka (20g), kakao (150ml) [zawiera mleko] **(281 kcal)**

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

**Obiad:** Zupa grochowa z ziemniakami (300g) [zawiera seler, gluten], makaron z serem białym i polewą jogurtową (180g) [zawiera mleko, jaja, gluten], marchewka do chrupania (30g), kompot (150g) **(556 kcal)**

**Podwieczorek:** weka (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], pasztet drobiowy (15g), ogórek (2g), herbata z cytryną (150ml) **(192kcal)**

ŚRODA - 27.03.2024 - 993 kcal

**Śniadanie:** weka (40g) [zawiera gluten], masło (5g) [zawiera mleko], twarożek waniliowy (60g) [zawiera mleko], kawa inka z mlekiem(150ml) [zawiera gluten, mleko] **(262 kcal)**

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

**Obiad:** Rosół z makaronem (300g) [zawiera gluten, seler, jaja], kasza bulgur (80g) [zawiera gluten], polędwiczki z kurczaka gotowane na parze z warzywami (100g), marchewka „baby” na parze (50g), kompot (150g) **(495 kcal)**

**Podwieczorek:** babka świąteczna (60g) [zawiera jaja, gluten], herbata z cytryną (150g) **(204 kcal)**

CZWARTEK - 28.03.2024

PRZERWA ŚWIĄTECZNA

PIĄTEK - 29.03.2024

PRZERWA ŚWIĄTECZNA