

JADŁOSPIS

OD 15 DO 19 KWIETNIA 2024r.

PONIEDZIAŁEK

ZUPA KALAFIOROWA(350ml),

(porcja zupy zawiera 420 kcal, węglowodany 15g, tłuszcze 10g, białko 12g, błonnik 0)

KNEDLE Z MIĘSEM, MASŁEM I PRAŻONĄ CEBULKĄ (250g), **SURÓWKA** (50g)

(porcja zawiera 353kcal, węglowodany 53g, tłuszcze 5g, białko 19g)

KOMPOT OWOCOWY (200ml)

WTOREK

ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM(350ml),

(porcja zupy zawiera 420 kcal, węglowodany 15g, tłuszcze 10g, białko 12g, błonnik 0)

KOTLET SCHABOWY(100g), **ZIEMNIAKI**(200g), **SURÓWKA** (50g),

(porcja zawiera 310kcal, węglowodany22g, tłuszcze28g, białko 30g, błonnik1g)

KOMPOT OWOCOWY (200ml)

ŚRODA

BARSZCZ UKRAIŃSKI(350ml),

(porcja zupy zawiera 420 kcal, węglowodany 15g, tłuszcze 10g, białko 12g, błonnik 0)

SOS BOLOGNESE (150g), **SPAGHETTI** (200g), **SER GRANO PADANO** (2g)

(porcja zawiera 383kcal, węglowodany18g, tłuszcze18g, białko22g)

KOMPOT OWOCOWY (200ml)

CZWARTEK

ZUPA ZACIERKA(350ml),

(porcja zupy zawiera 370 kcal, węglowodany 51g, tłuszcze 18g, białko 25g, błonnik 0)

KLOPSIKI W SOSIE POMIDOROWYM (150g), **ZIEMNIAKI** (200g), **SURÓWKA**(50g)

(porcja zawiera 310kcal, węglowodany38g, tłuszcze22g,białko 18g,)

KOMPOT OWOCOWY (200ml)

PIĄTEK

KRUPNIK JĘCZMIENNY(350ml),

(porcja zupy zawiera 370 kcal, węglowodany 51g, tłuszcze 18g, białko 25g, błonnik 0)

MAKARON Z SEREM I MASŁEM (250g)

(porcja zawiera 320 kcal, węglowodany 22g, tłuszcze 18g, białko 18g, błonnik 5g)

KOMPOT OWOCOWY (200ml)

ZUPA KALAFIOROWA woda, ziemniaki, kalafior, marchew, pietruszka, **śmietana 18%**,
sól, pieprz, listek laurowy

KNEDLE Z MIĘSEM ziemniaki, mięso wieprzowe, **mąka pszenna**, mąka ziemniaczana, cebula,
sól, pieprz, **masło**

SURÓWKA Z MARCHWEKI marchewka, jabłko, **jogurt naturalny**, sól, sok z cytryny, cukier

KOMPOT OWOCOWY woda, wiśnia, sok z cytryny, cukier

ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM woda, ryż, koncentrat pomidorowy 30%, kości schabowe,
śmietana 18%, marchewka, pietruszka, **seler**, sól, pieprz,

KOTLET SCHABOWY schab wieprzowy, **bułka tarta**, **jajko**, sól, pieprz, olej rzepakowy

SURÓWKA WIOSENNA kapusta pekińska, ogórek, kukurydza, papryka, oliwa z oliwek, koperek,
sok z cytryny

BARSZCZ UKRAIŃSKI woda, ziemniaki, kapusta, fasola, buraki, kości schabowe,

marchewka, pietruszka, majeranek, sól, pieprz, listek laurowy, ziele angielskie

SOS BOLOGNESE szynka wieprzowa mielona, passata pomidorowa, cebula, czosnek, sól, pieprz,
oregano, bazylija, **ser grana padano**, **makaron**

ZUPA ZACIERKA woda, ziemniaki, **makaron**, marchewka, pietruszka, cebula, słonina,
sól, pieprz, listek laurowy, ziele angielskie

KLOPSIKI W SOSIE szynka wieprzowa, woda, cebula, **jajko**, **bułka tarta**, marchewka, passata
pomidorowa, cebula, sól, pieprz, listek laurowy, ziele angielskie

SURÓWKA Z OGÓRKA I MARCHEWKI ogórek kiszony, marchewka, cebula, oliwa z oliwek

KRUPNIK JĘCZMIENNY woda, ziemniaki, **kasza jęczmienna**, porcja rosołowa, marchewka,
pietruszką, sól, pieprz, listek laurowy, ziele angielskie