

07.04.25r.

zupa brokułowa (woda , elementy kurczaka , brokuły , włoszczyzna w tym **seler** , śmietana 30% z **mleka** , przyprawy) **220g/**

196kcal , węglowodany 33g, tłuszcze 2g, białka 3g **ryż z jabłkiem i śmietaną** (ryż , jabłka smaźone , śmietana ,)

180g/303kcal , węglowodany 22g, tłuszcze 13g, białka 18g **kompot** 150ml/59kcal

08.04.25r.

zupa żurek (woda , elementy kurczaka , jajka , włoszczyzna w tym **seler** , ziemniaki , cebula , koperek , śmietana 30% z **mleka** ,

przyprawy) **220g/127kcal , węglowodany 18g , tłuszcze 5g , białka 11g** **gulasz węgierski , kasza bulgur** (mięso

wieprzowe , kasza bulgur , sól , olej rzepakowy) 200g/259kcal , węglowodany 45g , tłuszcze 4g , białka 7g **kompot wiśniowy**

150ml/59kcal

09.04.25r.

Zupa ziemniaczana (woda , elementy kurczaka , ziemniaki , włoszczyzna w tym **seler**, koper , przyprawy,)

220ml/320kcal , węglowodany 24g, tłuszcze 9g, białka 37g

stek wieprzowy z pieca , ziemniaki , buraczki zasmażane (szynka wp., **jajka** , bułka

pszenna , przyprawy , ziemniaki , przyprawy , buraczki czerwone , cebula , jabłka , olej rzepakowy , sól , cukier , ocet jabłkowy) 230g/ 249kcal ,

węglowodany 15g , tłuszcze 12g , białka 13g **kompot jabłkowy** 150ml/59kcal

10.04.25r.

pomidorowa z makaronem (woda , koncentrat pomidorowy , elementy kurczaka ,koperek , makaron ,

włoszczyzna w tym **seler** , śmietana 30% z **mleka** , przyprawy) **220ml/127kcal , węglowodany 18g ,tłuszcze 4g, białko 5g**

klopsik drobiowy z pieca w sosie koperkowym , ziemniaki , marchewka z

jabłkiem (filet z kurczaka , bułka pszenna , przyprawy , ziemniaki , sól , cebula , cukier , sól , ocet jabłkowy , mąka **pszenna** , olej

rzepakowy , przyprawy) 230g/ 249kcal , węglowodany 15g , tłuszcze 12g , białka 13g **kompot wieloowocowy**

150ml/59kcal

11.04.25r.

barszcz czerwony (woda , elementy kurczaka , buraki czerwone ,ziemniaki , włoszczyzna w tym **seler** ,cebula , koperek ,

przyprawy) **220ml/120kcal , węglowodany 19g, tłuszcze 4g, białka 6g** **kotlet ziemniaczany z sosem**

pieczarkowym , surówka z białej kapusty (ziemniaki , kapusta biała , cebula , marchewka , pieczarki ,

jabłka , olej rzepakowy , cukier) 220g/297kcal , węglowodany 44g , tłuszcze 4g, białka 13g **kompot truskawkowy**

150ml/59kcal

UWAGA : posiłki mogą dodatkowo zawierać śladowe ilości soi, gorczycy,sezamu,łubinu