

📅 02.04.2024 Wtorek

## I Śniadanie

**Kanapka z pastą z makreli ogórka kiszonego i zielonej pietruszki** 85gSkładniki: chleb **pszenno-żytni**, **makrela** wędzona, ser twarogowy półtłusty (**mleko**), ogórek kiszony, masło ekstra (**mleko**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), natka pietruszki**Kawa zbożowa z mlekiem** 180gSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

## Jabłko

## Obiad

**Zupa selerowa z makaronem** 300gSkładniki: woda, **seler** korzeniowy, makaron dwujajeczny z semoliny (**pszenica**, **jajka**), marchew, śmietana 18% (**mleko**), kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Filet z kurczaka panierowany** 85gSkładniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe**Ziemniaki z masłem i koperkiem**

80g

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), koperek**Surówka z marchewki i ananasem**

80g

Składniki: marchew, ananas, plastry w syropie, olej rzepakowy

**Kompot śliwkowy** 150g

Składniki: Śliwki, cukier

## Podwieczorek

**Kisiel w proszku****Woda****Cukier****Kiwi****Chrupki kukurydziane**

Energia: 933 kcal

📅 03.04.2024 Środa

## I Śniadanie

**Bułka pszenna z masłem** 55gSkładniki: bułki **pszenne** zwykłe, masło ekstra (**mleko**)**Powidła śliwkowe****Kakao** 180gSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier**Ogórek****Gruszka**

## Obiad

**Zupa ziemniaczana** 300gSkładniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, śmietana 18% (**mleko**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**Udko z kurczaka pieczone** 100g

Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy

**Kasza jęczmienna gotowana****Surówka z ogórka kiszonego** 70g

Składniki: ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy

**Kompot wiśniowy** 180g

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

## Podwieczorek

**Ciastka zbożowe z mlekiem Belvita****Herbata malinowa, bez cukru** 180g

Składniki: woda, herbata malinowa

**Winogrona**

Energia: 901 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 04.04.2024 Czwartek

## I Śniadanie

**Kanapka z masłem i pomidorem**

55g

Składniki: chleb **pszenny**, pomidor, masło ekstra (**mleko**)**Szynka parzona****Mleko krowie, 2% tłuszczu**

## Obiad

**Krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze warzywnym** 250gSkładniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perlowa, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie**kurczak z papryką, pieczarkami w sosie śmietankowym z makaronem**

180g

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), pieczarki świeże, śmietana 18% (**mleko**), papryka czerwona, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 500**Kompot śliwkowy** 150g

Składniki: Śliwki, cukier

## Podwieczorek

**Jogurt naturalny, 2% tłuszczu ( mleko)****Truskawki, mrożone****BISKOPTY ADANTE (pszenica, jajka )**

Energia: 912 kcal

📅 05.04.2024 Piątek

## I Śniadanie

**Płatki kukurydziane na mleku** 200gSkładniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane**Kanapka z masłem papryką i ogórkiem** 60gSkładniki: chleb **pszenno-żytni**, papryka czerwona, ogórek, masło ekstra (**mleko**)**Herbata miętowa, bez cukru** 180g

Składniki: woda, herbata miętowa

## Obiad

**Zupa marchewkowa z makaronem** 250gSkładniki: woda, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, **seler** korzeniowy, por, pietruszka, korzeń, udo z kurczaka, koperek, sól biała, liść laurowy, pieprz, ziele angielskie**Kotlet jajeczny** 45gSkładniki: **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, natka pietruszki, mąka **pszenna**, typ 450**Ziemniaki z masłem i koperkiem**

80g

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (**mleko**), koperek**Surówka z selera, jabłka z jogurtem naturalnym i rodzynkami** 80gSkładniki: **seler** korzeniowy, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko**), jabłko, rodzynki, suszone**Kompot wiśniowy** 180g

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

## Podwieczorek

**Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 100%****Wafle ryżowe**

Energia: 922 kcal