**Jadłospis 01 – 05.04.2024 r.**

**Poniedziałek**

**-**



 **Wtorek**

**-**



**Środa**

**- Zupa jarzynowa 300ml**

*składniki: woda, mięso drobiowe, marchew, pietruszka korzeń, nać,* ***seler****, por, liść laurowy, ziele angielskie, kalafior, brokuł*, *ziemniaki, ciecierzyca, śmietana 12% - składniki: (****śmietanka****, stabilizator: karagen), sól, pieprz czarny mielony*

**- Sos truskawkowy 100g, makaron 150g**

*składniki: jogurt naturalny – składniki:* ***mleko****, białka* ***mleka****, żywe kultury bakterii, truskawka, makaron**– (składniki: mąka* ***pszenna****, masa* ***jajowa)***

**- jabłko**

**- woda niegazowana 250ml**

**INFORMACJA ŻYWIENIOWA DLA 1 PORCJI**

- wartość energetyczna 631,4 kcal

- białka 33,6 g

- tłuszcze 25,1 g

- węglowodany 81,4 g



**Czwartek**

**- Rosół z zacierką 300ml**

*składniki: woda, mięso drobiowe, marchew, pietruszka korzeń, nać,* ***seler****, por, liść laurowy, ziele angielskie, makaron zacierkowy – (składniki: mąka* ***pszenna****, masa* ***jajowa****), mięso mielone wieprzowe, cebula, sól, pieprz czarny mielony, mięso mielone, cebula,* ***jajko***

**- Kotlet drobiowy panierowany 120g, ziemniaki z koperkiem 150g**

*składniki: mięso drobiowe,* ***jajko*** *surowe, mąka* ***pszenna***,***bułka*** *tarta, olej rzepakowy, ziemniaki, koper*

**- sałata lodowa ze śmietaną 120g**

*składniki: sałata lodowa, kesem śmietana extra 12% - (składniki:* ***śmietana****, substancje zagęszczające, tłuszcz), sól, pieprz czarny mielony*

**- woda niegazowana 250ml**

**INFORMACJA ŻYWIENIOWA DLA 1 PORCJI**

- wartość energetyczna 590,0 kcal

- białka 29,0 g

- tłuszcze 14,0 g

- węglowodany 70,0 g



 **Piątek**

**- Ogórkowa 300ml**

*składniki: woda, mięso drobiowe, marchew, pietruszka korzeń, nać,* ***seler****, por, liść laurowy, ziele angielskie, ogórki kiszone składniki: ogórki, woda, czosnek, koper, chrzan, sól, ziemniaki, śmietana 18% - (składniki:* ***śmietana****, substancje zagęszczające, tłuszcz), sól, pieprz czarny mielony*

**- Pierogi ruskie 200g**

*skład:* ***twaróg*** *półtłusty, ziemniaki gotowane, cebula, mąka* ***pszenna****,* ***jajko*** *surowe, olej rzepakowy, cebula*

**- jabłko**

**- woda niegazowana 250ml**

**INFORMACJA ŻYWIENIOWA DLA 1 PORCJI**

- wartość energetyczna 626,1 kcal

- białka 21,4 g

- tłuszcze 37,9 g

- węglowodany 57,8 g