***PONIEDZIAŁEK 21.04.2025***

***ŚWIĘTO***

 **WTOREK 22.04.2025**

***ŚNIADANIE*** *(295 KCAL)*

**Pieczywo mieszane / bułka pszenna 50g z masłem 10g Ser żółty (ryba)40 g**

 **ogórek korniszony Kakao na mleku 150 ml**

 Składniki :mleko kakao

***OBIAD ( ZUPA + DRUGIE DANIE )*** *(493 KCAL)*

 **Zupa jarzynowa z ziemniakami 250 ml** Składniki :woda, bulion mięsny (woda , mięso drobiowe ) ,ziemniaki ,włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler) kalafior , kapusta biała, fasolka szparagowa, groszek, brukselka, , **śmietana** 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), przyprawy

 **Tortelloni z sosem serowym 180 g**

Składniki gotowany makaron tortelloni (mąka pszenicy durum woda , mąka ,szpinak, ricotta , jaja ser mozzarella sól przyprawy pomodory koktaliowe kalafior romanesko , smietanka 6%

 **Lemoniada 150 ml**

 ***PODWIECZOREK***  64 kcal

 **Chrupki kukurydziane bananowe kukuryku 15 g**

 Składniki kasza kukurydziana 73% nierafinowany cukier trzcinowy olej słonecznikowy puree bananowe 3%sól morska słonecznikowy**Produkt może zawierać soje gluten mleko orzeszki arachidowe oraz inne orzechy**

 ***ŚRODA 23.04.2025***

***ŚNIADANIE*** *(302 KCAL)*

**Pieczywo mieszane 50g (gluten ) z masłem 10g**

**Pasta rybna pomidorowa (ryba) 40g**

Składniki : tuńczyk w oleju, makrela w pomidorach , jajko gotowane, koncentrat pomidorowy, masło cebula, przyprawy

 **Herbata malinowa 150 ml**

 **Ogórek**

 ***OBIAD ( ZUPA + DRUGIE DANIE )*** *(510 KCAL)*

 **Rosół z makaronem 250ml**

Składniki: woda, mięso drobiowe, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), przyprawy

Składniki makaronu: mąka **pszenna, jajka**, przyprawy

 **Makaron**
 Składniki: mąka **pszenna, jajka**, przyprawy

 **Mielony wieprzowy 80g** Składniki: łopatka wp.,cebula ,jajka, bułka pszenna **,** przyprawy, olej rzepakowy

 **Surówka z buraczków i cebuli 100g**

 Składniki: buraki, cebula ,olej rzepakowy, sok cytrynowy, przyprawy

 **Ziemniaki 100g**

 Składniki: ziemniaki, koper

 **Kompot wieloowocowy 150 ml**

 ***PODWIECZ0RE****(156 KCAL)*

 **Serek homogenizowany 120 g**

Składniki: **mleko,** cukier, mleko zagęszczone odtłuszczone, owoce, żywe kultury bakterii

 **CZWARTEK 24.04.2025**

 ***ŚNIADANIE*** *(345 KCAL)*

 **Pieczywo mieszane (gluten) 50 g z masłem 10 g**

**Wedlina drobiowa 20 g**

 **Jajko gotowane**

**Sałata ogórek szczypior pomidor rzodkiewka kiełki Herbata wiśniowa 150 ml**

 Składniki :mięso drobiowe woda, ,sól , białko drobiowe , przyprawy

 ***OBIAD ( ZUPA + DRUGIE DANIE )*** *(512 KCAL)*

**Zupa fasolowa z ziemniakami 250 ml** Składniki: :woda, ,ziemniaki ,włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler) ziemniaki, fasola sucha, kiełbasa śląska ( mięso wieprzowe 90% woda, sól, białko wieprzowe kolagenowe, skrobia ziemniaczana stabilizator,)olej rzepakowy, czosnek, cebula, przyprawy

 **Pyzy ziemniaczane z mięsem i okrasą 150g**

 **Składniki :ziemniaki, mąka ziemniaczana ,jajko, mięso wieprzowe , cebula, przyprawy**

 **Kapusta kiszona zasmażana 100g**

Składniki: kapusta kiszona, masło przyprawy , mąka pszenna **Woda niegazowana 150 ml**

 ***PODWIECZOREK*** *225 KCAL)*

**Drożdżówka z serem 60g**,

Składniki: mąka **pszenna**, ser, woda, cukier, drożdże, **jajka**

 **PIĄTEK 25.04.2025**

 ***ŚNIADANIE*** *(321 KCAL)*

**Pieczywo mieszane /bułka pszenna 50g z masłem 10g Ryż na mleku (mleko ) 150g**

**dżem niskosłodzony 10g**

 **Herbata owoce leśne 150 ml**

***OBIAD ( ZUPA + DRUGIE DAN***  *KCAL)*

 **Zupa meksykańska 250 ml**

Składniki: :woda, ,włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler) ziemniaki mięso wieprzowe mielone, papryka czerwona, cebula, kukurydza, fasola czerwona, koncentrat pomidorowy, pomidory przyprawy

  **Panierowany filet rybny w chrupiącym cieście 75g**

Składniki : filet z mintaja woda mąka **pszenna** , olej rzepakowy , mąka kukurydziana , sól jajko , skrobia pszenna przyprawy

 **Surówka z sałaty lodowej 100g**

Składniki :sałata lodowa, ogórek , papryka czerwona , słonecznik , oliwa ,przyprawy

 **Ziemniaki 100g**

 Składniki: ziemniaki, koper

 **Kompot wieloowocowy 150ml**

***PODWIECZOREK*** *( 57 KCAL)*

 **Owoc śliwka 70g**