|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **J A D Ł O S P I S**  **15.04.–19.04.2024r.** | Waga  i kalorie  Szkoła | Waga  i kalorie  Przedszkole | Wykonałam zgodnie z recepturą:  (podpis)  Numer  receptury |
| **PONIEDZIAŁEK**  ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI, WARZYWAMI ZABIELANA ŚMIETANĄ 18% **(seler, mleko-laktoza, śmietanka-laktoza),**  RISOTTO Z MIĘSEM I WARZYWAMI (**seler),,**  KOMPOT WIELOOWOCOWY Z CUKREM Z OWOCÓW MROŻONYCH  JABŁKO | **468 kcal**  300 ml  250g  200ml  1szt | **365 kcal**  250 ml  150g  200ml  1szt | 28  19  2 |
| **WTOREK**  ZUPA KALAFIOROWA Z MAKARONEM, WARZYWAMI ZABIELANA ŚMIETANĄ 18% **(**mąka **pszenna-gluten, jajka, seler, mleko-laktoza, śmietanka-laktoza),**  KASZA **(kasza jęczmienna-gluten),**  GULASZ WIEPRZOWY(mąka **pszenna-gluten),**  OGÓREK KONSERWOWY (**gorczyca),**  KOMPOT WIELOOWOCOWY Z CUKREM Z OWOCÓW  MROŻONYCH  RZODKIEWKA | **527 kcal**  300 ml  140g  100ml  60g  200 ml  30g | **401 kcal**  250 ml  90g  75ml  50g  200 ml  30g | 23  1  5  20  2 |
| **ŚRODA**  ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI, WARZYWAMI I KIEŁBASĄ **(białko sojowe, seler,** mąka **pszenna-gluten),**  MAKARON(mąka **pszenna-gluten),**  POLEWA TRUSKAWKOWA,  KOMPOT WIELOOWOCOWY Z CUKREM Z OWOCÓW  MROŻONYCH  POMIDORKI KOKTAJLOWE | **419 kcal**  300 ml  120g  100ml  200ml  30g | **331 kcal**  250 ml  80g  75ml  200ml  30g | 18  2  9  2 |
| **CZWARTEK**  KRUPNIK Z KASZĄ JĘCZMIENNĄ I WARZYWAMI **(seler, kasza jęczmienna-gluten),**  ZIEMNIAKI Z MLEKIEM **(mleko-laktoza),**  RYBA SMAŻONA **(**filet z **miruny, jajka, mleko-laktoza,**  mąka **pszenna-gluten)**  MIX SAŁAT Z KUKURYDZĄ I SŁONECZNIKIEM W SOSIE WINEGRET **(gorczyca),**  KOMPOT WIELOOWOCOWY Z CUKREM Z OWOCÓW  MROŻONYCH | **592 kcal**  300 ml  200g  100g  60g  200ml | **488 kcal**  250 ml  110g  70g  50g  200ml | 11  7  32  25  2 |
| **PIĄTEK**  KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY, WARZYW, ZIEMNIAKÓW I KIEŁBASY **(białko sojowe,** mąka **pszenna-gluten),**  PIEROGI LENIWE **(**mąka **pszenna-gluten, jajka, mleko-laktoza,** bezwodny tłuszcz **mleczny-laktoza),**  KOMPOT WIELOOWOCOWY Z CUKREM Z OWOCÓW  MROŻONYCH  KIWI | **595 kcal**  300 ml  8szt 220g  200 ml  1szt | **509 kcal**  250 ml  6szt 170g  200 ml  1szt | 8  28  2 |

**Pogrubionym i podkreślonym drukiem zaznaczono alergeny**