

### Obiady 15-19.04.2024r.

<b>Poniedziałek</b>					
<b>Menu</b>	<b>energia</b>		<b>białko</b>		<b>Alergeny</b>
	<b>LO</b>	<b>SP</b>	<b>LO</b>	<b>SP</b>	
Krem z zielonego groszku z parmezanem	174,9	116,6	6	4	1,3,5,6,7,8,9,10,11,12
Pulpety w sosie pomidorowym	333	222	27,7	18,5	
Kasza bulgur	314	230,5	9,4	6,9	1
Surówka z pora	27		1,5		1,3,5,6,7,9,10,11
Kompot wieloowocowy	48,7		0,1		
<b>RAZEM:</b>	<b>897,6</b>	<b>644,8</b>	<b>44,7</b>	<b>31</b>	
<b>Wtorek</b>					
Zupa gulaszowa	296,9	197,9	24,8	16,5	1,3,5,6,7,9,10,11,12
Pierogi ruskie	654	545	19,5	16,3	1,7
Surówka z marchewki, jabłka i słonecznika	83		1		3,5,8,9,10,11
Woda z cytryną	-	-	-	-	
<b>RAZEM:</b>	<b>1033,9</b>	<b>825,9</b>	<b>45,3</b>	<b>33,8</b>	
<b>Środa</b>					
Zupa ogórkowa z ziemniakami	86	72	2,1	1,8	1,3,4,5,6,7,9,10,11,12
Spaghetti bolognese	804	536	40,8	27,2	1,3,5,6,7,9,10,11
Brokuły na parze	36		4,1		
Sok pomarańczowy	8,8		0,1		
<b>RAZEM:</b>	<b>934,8</b>	<b>652,8</b>	<b>47,1</b>	<b>33,2</b>	
<b>Czwartek</b>					
Zupa kalafiorowa	78	52	2,1	1,7	1,3,4,5,6,8,9,10,11,12
Stek wieprzowy z cebulką	304	203	18,8	12,5	1,3,5,6,7,9,10,11
Ziemniaki z koperkiem	284	189	6,8	4,5	7
Colesław z chrzanem	113		1,2		1,3,4,5,6,7,8,9,10,11
Mus owocowy					
Herbata owocowa	-		-		
<b>RAZEM:</b>	<b>779</b>	<b>557</b>	<b>28,9</b>	<b>19,9</b>	
<b>Piątek</b>					
Zupa fasolowa	113,6	75,7	3	2	1,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12
Ryba filet	420	308	29,9	20,3	1,3,4,5,6,7,9,10,11
Ziemniaki z koperkiem	284	189	6,8	4,5	7
Kapusta czerwona z jabłkiem	115		1		
Lemoniada	8,8		0,1		
<b>RAZEM:</b>	<b>941,4</b>	<b>696,5</b>	<b>40,8</b>	<b>27,9</b>	

(jadłospis może ulec zmianie)