

## Menu szkolne w dniach od 1 do 30 kwietnia

*Jadłospis został zaopiniowany przez dietetyka Karolinę Gorzkiewicz-Drzymalską*

### **Czwartek 1 kwietnia**

Zupa jarzynowa z ryżem i pietruszką

Duszone bitki wieprzowe w sosie własnym z kasza gryczaną i surówką z buraczków

Wege kotlet gryczany

Owoc

298kcal W-248kcal

### **Piątek 2 kwietnia**

Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koprem

Pulpet rybny w sosie pomidorowym, ziemniaki z koperkiem, surówka z selera i jabłek

Wege kotlet brokułowy

Ciasto

320 kcal W-288kcal

**Wtorek 6 kwietnia**

Zupa krupnik z natką pietruszki

Pieczeń rzymska w sosie własnym z kaszą pęczak i surówką wiosenną

Wege kaszotto z gotowanymi warzywami

Owoc

360kcal W-330kcal

**Środa 7 kwietnia**

Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem

Klopsiki drobiowe w sosie pomidorowym z ziemniaki i surówką z ogórka kiszzonego

Wege warzywa grillowane z ciecierzycą

Owoc

420kcal W-389kcal

**Czwartek 8 kwietnia**

Rosół domowy z makaronem

Wege Zupa krem brokułowy

Kąski z indyka w lekkim sosie jogurtowo-bazyliowym, kasza bul-gur z kalafiozem

Wege kaszotto z kalafiozem

Owoc

377kcal W-366kcal

**Piątek 9 kwietnia**

Zupa barszcz biały z ziemniakami

Filet z białej ryby z frytkami i surówką z kapusty białej

Wege medalion warzywny z brokułami

Ciasto

355kcal W-320kcal

**Poniedziałek 12 kwietnia**

Zupa pomidorowa z ryżem

Pieczone udko w sosie warzywnym z pieczonymi talarkami, marchew z groszkiem

Wege kotlet jajeczny z pieczonymi talarkami, marchew z groszkiem

Owoc

366kcal W-320kcal

**Wtorek 13 kwietnia**

Zupa krupnik z ziemniakami i pietruszką zieloną

Makaron penne w sosie carbonara

Wege makaron w sosie śmietanowym z tofu i warzywami

Owoc

397kcal W- 370kcal

**Środa 14 kwietnia**

Zupa kapuśniak z ziemniakami

Pulpeciki w sosie koperkowym z ziemniakami i fasolką szparagową z masłem

Wege zapiekanka ziemniaczana

Owoc

350kcal W-330kcal

**Czwartek 15 kwietnia**

Zupa owocowa z makaronem

Gulasz w sosie śmietanowo-musztardowym z kaszą pęczak i surówką z buraczkami

Wege kaszotto z warzywami

Owoc

366kcal W-340kcal

**Piątek 16 kwietnia**

Zupa jarzynowa z ziemniakami i pietruszką

Gnochi z łososiem w sosie warzywnym

Wege kroiety brokułowe

Ciasto

355kcal W-330kcal

**Poniedziałek 19 kwietnia**

Krem z brokułów

Gołąbki w sosie pomidorowym z puree z surówką

Wege leczo warzywne z natką pietruszki

Owoc

355kcal W-299kcal

**Wtorek 20 kwietnia**

Zupa z cukinii z warzywami

Pieczony schab w sosie własnym z kaszą gryczaną i surówką colesław

Wege spaghetti ze szpinakiem

Owoc

356kcal W-320kcal

**Środa 21 kwietnia**

Zupa grochowa z ziemniakami

Makaron w sosie bolognese

Wege kaszotto z fasolą i suszonymi pomidorami

Owoc

360kcal W-320kcal

**Czwartek 22 kwietnia**

Zupa pomidorowa z ryżem

Panierowana pierś z kurczaka z puree i surówką wiosenną

Wege potrawka ryżowa z jarzynami

Owoc

399kcal W-330kcal

**Piątek 23 kwietnia**

Zupa marchwianka z ziemniakami

Panierowany filec rybny z frytkami i bukietem warzyw

Wege medaliony warzywne

Ciasto

366kcal W-300kcal

**Poniedziałek 26 kwietnia**

Zupa kalafiorowa

Gotowany kurczak z ryżem brązowym i fasolką szparagową

Wege kotlet jajeczny z ryżem brązowym

Owoc

380kcal W-366kcal

**Wtorek 27 kwietnia**

Zupa krupnik z natką i koprem

Łazanki z kapustą i boczkiem

Wege łazanki z kapustą i warzywami

Owoc

377kcal W-330kcal

**Środa 28 kwietnia**

Zupa jarzynowa z ryżem i pietruszką

Duszone bitki wieprzowe w sosie własnym z kaszą gryczaną i surówką z buraczków

Wege kotlet gryczany z buraczkami

Owoc

344kcal W-320kcal

**Czwartek 29 kwietnia**

Zupa ogórkowa z ziemniakami

Klopsiki drobiowe w sosie pomidorowym z ziemniakami i surówką

Wege warzywa grillowane z ciecierzycą

380kcal W-320kcal

**Piątek 30 kwietnia**

Rosół domowy z makaronem

Wege zupa krem z brokułów

Panierowany filec rybny z frytkami i bukietem warzyw

Wege medaliony warzywne

Ciasto

322kcal W-280kcal