

## Menu szkolne 2 Radwanowice

<p><b>Poniedziałek</b></p> <p>Kotlet mielony ,ziemniaki z koperkiem ,surówka z białej kapusty</p>	<p>Mięso drobiowe 45g  Mięso wieprzowe 45g  <b>Jajka 5g</b>  Cebula 3g  <b>Bułka tarta 3g</b>  Olej roślinny 5g  Ziemniaki 150g  Kapusta biała 80g  cebula 10g  Jabłko 20g  Olej roślinny 10g  Sól ,pieprz do smaku</p>	<p>Wartość energetyczna  Razem 478,5 kcal</p>
<p><b>Wtorek</b></p> <p>Łazanki z mięsem</p>	<p><b>Makaron łazankowy 100g</b>  Łopatka wieprzowa 40g  Udziec z kurczaka 60g  Cebula 5g  Kapusta 10g  Olej rzepakowy 5g  Pieprz ,sól ,zioła wg uznania</p>	<p>Wartość energetyczna  Razem 412 kcal</p>
<p><b>Środa</b></p> <p>Paluszki rybne ziemniakami z koperkiem, surówka z kiszonej kapusty</p>	<p><b>Paluszki rybne 100g</b>  Olej 3g  Ziemniaki 150g  Kapusta kiszona 80g  Marchewka 30g  Cebula 10g  Pietruszka natka 3g  Olej 6g  Sól, pieprz, cytryna, czosnek, cukier, wg uznania</p>	<p>Wartość energetyczna  Razem 305,5 kcal</p>
<p><b>Czwartek</b></p> <p>Filet z kurczaka duszony w sosie naturalnym , ryż ,surówka z marchewki</p>	<p>Pierś z kurczaka 100g  Olej roślinny 3g  <b>Mąka pszenna 3g</b>  Przecier pomid. 3g  <b>Śmietana 18% 10g</b>  Ryż 100g  Marchew 80g  Jabłko 20g  Kwasek cytryn , cukier do smaku</p>	<p>Wartość energetyczna  Razem 307,8 kcal</p>
<p><b>Piątek</b></p> <p>Pierogi ukraińskie</p>	<p><b>mąka pszenna 40g</b>  <b>Jajka 5g</b>  Ziemniaki 40g  <b>Ser biały 20g</b>  Cebula 5g  Olej słonecznikowy 5g  owoc</p>	<p>Wartość energetyczna  Razem 327 kcal</p>

**Alergeny (gluten ,mleko ,jaja ,seler) oznaczono tłustym drukiem!**

**Catering Urszula Szumiec**  
**Ul. Ogrodowa 17, Więckowice**  
**32-082 Bolechowice**  
**Tel. 504 557 549**