

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
<p>Poniedziałek, 18.10.2021r.</p> <p>825 kcal 21 g białka 31 g tłuszczu 100 g węglowodanów</p>	<p>Zupa gulaszowa [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mięso z szynki, papryka czerwona, ogórki kiszone, mąka pszenna, śmietana 12%, koncentrat pomidorowy, por, sól, przyprawy]</p> <p>Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p>Spaghetti carbonara [makaron(mąka makaronowa pszenna), kiełbasa wieprzowa, boczek wędzony, śmietana 36%, serek topiony gouda, cebula, masło klarowane, olej rzepakowy, sól, przyprawy]</p> <p>Kompot jabłkowy [jabłka, cukier trzcinowy]</p>
<p>Wtorek, 19.10.2021r.</p> <p>900 kcal 33 g białka 28 g tłuszczu 128 g węglowodanów</p>	<p>Zupa krem z dyni i pomidorów z grzankami [dynia, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pomidory w puszcze (pomidory, sok pomidorowy, regulator kwasowości), koncentrat pomidorowy 30%, por, serek topiony gouda, grzanki, śmietana 12%, śmietana 36%, sól, przyprawy]</p>	<p>Roladki wieprzowe nadziewane pieczarkami [topatka b/k mielona, pieczarki, bułka tarta (zaw. mąka pszenną, soję), olej rzepakowy, bułka pszenna, jajka, , por, sól, przyprawy]</p> <p>Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól]</p> <p>Surówka z selera i brzoskwini [seler, brzoskwinia w puszcze, śmietana 12%, cukier]</p> <p>Woda z miodem i cytryną [woda, cytryna, miód pszczeli]</p>
<p>Środa, 20.10.2021r.</p> <p>885 kcal 23 g białka 26 g tłuszczu 130 g węglowodanów</p>	<p>Barszcz z makaronem [buraki, makaron (mąka makaronowa pszenna), marchew, pietruszka, seler, mąka pszenna, śmietana 12%, boczek wędzony, cukier, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p>	<p>Pierogi z mięsem z podsmażoną cebulką [pierogi z mięsem (mąka pszenna, farsz mięsny – mięso wieprzowe, mięso drobiowe, cebula, jaja, sól, pieprz, marchew, wywar, woda, olej rzepakowy, sól), cebula, olej rzepakowy, masło, sól]</p> <p>Gotowana kiszona kapusta [kapusta kiszona, masło klarowane, sól, przyprawy]</p> <p>Kompot owocowy [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczką czerwoną, truskawka, śliwka b/p), cukier]</p>
<p>Czwartek, 21.10.2021r.</p> <p>770 kcal 36 g białka 26 g tłuszczu 103 g węglowodanów</p>	<p>Zupa grysikowa [marchew, pietruszka, seler, kasza manna, porcja rosołowa, schab kości, śmietana 12%, mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p> <p>Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p>Kotlet schabowy [schab b/k, bułka tarta (zaw. mąkę pszenną, soję), olej rzepakowy, jajka, sól, przyprawy]</p> <p>Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól]</p> <p>Buraczkę [buraki, olej rzepakowy, cukier, sól, przyprawy]</p> <p>Sok 100% jabłkowy</p>
<p>Piątek, 22.10.2021r.</p> <p>800 kcal 32 g białka 31 g tłuszczu 125 g węglowodanów</p>	<p>Zupa ogórkowa [ziemniaki, ogórki kiszone, marchew, seler, pietruszka, por, żeberka, mąka pszenna, śmietana 12%, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p> <p>Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p>Naleśniki z twarogiem i dżemem [mleko 2%, mąka pszenna, jajka, ser twarogowy śmietankowy, powidła śliwkowe, olej rzepakowy, cukier trzcinowy]</p> <p>Woda mineralna niegazowana</p>

Przyprawy użyte do przygotowania obiadu mogą zawierać zboża zawierające gluten, jaja, mleko (tęcznie z laktozą), soję, gorczycę, seler i orzeszki ziemne.