

# JADŁOSPIS



|   | <b>Pierwsze danie</b>  | <b>Drugie danie</b>   |
|---|--|---|
| <p><b>Poniedziałek,<br/>25.10.2021r.</b></p> <p>860 kcal<br/>37 g białka<br/>20 g tłuszczu<br/>124 g węglowodanów</p> | <p><b>Zupa ziemniaczana</b><br/>[ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, śmietana 12%, mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p> <p><b>Chleb</b><br/>[mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>  | <p><b>Zapiekanką makaronowa z warzywami, szynką i serem żółtym</b><br/>[bukiet warzyw mrożony, makaron (mąka makaronowa pszenna, ser żółty gouda, szynka konserwowa, ser mozzarella, jajka, kukurydza konserwowa, keczup, śmietana 36%, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, przyprawy]</p> <p><b>Kompot jabłkowy</b><br/>[jabłka, cukier trzcinowy]</p>  |
| <p><b>Wtorek,<br/>26.10.2021r.</b></p> <p>865 kcal<br/>41 g białka<br/>24 g tłuszczu<br/>120 g węglowodanów</p>       | <p><b>Zupa serowa z grzankami</b><br/>[ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, serek topiony gouda, grzanki (mąka pszenna, olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), sól, cukier, drożdże, jaja w proszku, lecytyna słonecznikowa), por, mąka pszenna, śmietana 12%, śmietana 36%, sól, przyprawy]</p>                    | <p><b>Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym</b><br/>[topatka mielona, bułka pszenna, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy, jajka, śmietana 12%, natka, sól, przyprawy]</p> <p><b>Puree ziemniaczane</b><br/>[ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól]</p> <p><b>Kapusta biała gotowana</b><br/>[kapusta stożkowa, cukier, masło klarowane, sól, przyprawy]</p> <p><b>Woda z miodem i cytryną</b><br/>[woda, cytryna, miód pszczeli]</p>                 |
| <p><b>Środa,<br/>27.10.2021r.</b></p> <p>640 kcal<br/>16 g białka<br/>8 g tłuszczu<br/>115 g węglowodanów</p>         | <p><b>Krupnik</b><br/>[ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, kiełbasa wieprzowa, kasza jęczmienna, mąka pszenna, śmietana 12%, por, żeberka, porcja rosółowa, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p> <p><b>Chleb</b><br/>[mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>                      | <p><b>Ryż z prażonym jabłkiem i jogurtem naturalnym</b><br/>[ryż paraboliczny, jabłka prażone (jabłka, cukier, skrobia modyfikowana, woda, regulator kwasowości – kwas cytrynowy, przeciwutleniacz kwas askorbinowy, aromat), jogurt naturalny (mleko, śmietanka, żywe kultury bakterii jogurtowych), cukier trzcinowy, olej rzepakowy, cynamon, sól]</p> <p><b>Woda mineralna niegazowana</b></p>  |
| <p><b>Czwartek,<br/>28.10.2021r.</b></p> <p>760 kcal<br/>44 g białka<br/>18 g tłuszczu<br/>101 g węglowodanów</p>     | <p><b>Rosół z makaronem i natką pietruszki</b><br/>[kurczak, marchew, pietruszka, seler, makaron (mąka makaronowa pszenna), por, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p>   | <p><b>Schab duszony</b><br/>[schab b/k, mąka pszenna, masło klarowane, śmietana 12%, sól, przyprawy]</p> <p><b>Puree ziemniaczane</b><br/>[ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól]</p> <p><b>Surówkę z sałaty lodowej, pomidora, ogórka i szczypiorku</b><br/>[sałata lodowa, pomidor, ogórek zielony, olej rzepakowy, szczypiorek, sól, przyprawy]</p> <p><b>Sok 100% pomarańczowy</b></p>  |
| <p><b>Piątek,<br/>29.10.2021r.</b></p> <p>885 kcal<br/>35 g białka<br/>26 g tłuszczu<br/>114 g węglowodanów</p>       | <p><b>Zupa z fasolką szparagowej</b><br/>[ziemniaki, fasolka szparagowa zielona mrożona, marchew, seler, pietruszka, mąka pszenna, śmietana 12%, por, porcja rosółowa, schab kości, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p> <p><b>Chleb</b><br/>[mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p> | <p><b>Filet z miruny panierowany</b><br/>[ryba mrożona (miruna), bułka tarta (zaw. mąkę pszenną, sojową), olej rzepakowy, jajka, sól, przyprawy]</p> <p><b>Puree ziemniaczane</b><br/>[ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól]</p> <p><b>Surówkę z kiszzonej kapusty</b><br/>[kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier, por, natka pietruszki, przyprawy]</p> <p><b>Kompot owocowy</b><br/>[mieszanka kompotowa mrożona, cukier]</p> |

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