

# JADŁOSPIS



	<b>Pierwsze danie</b>	<b>Drugie danie</b>
<p><b>Poniedziałek, 29.11.2021r.</b></p> <p>825 kcal 39 g białka 16 g tłuszczu 125 g węglowodanów</p>	<p><b>Zupa ziemniaczana</b> [ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, śmietana 12%, mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p> <p><b>Chleb</b> [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p><b>Filet z kurczaką w sosie słodko – kwaśnym z ryżem parabolicznym</b> [filet z kurczaka, ryż paraboliczny, mieszanka chińska mrożona, mąka pszenna, papryka czerwona, olej rzepakowy, śmietana 12%, śmietana 36%, sól, przyprawy]</p> <p><b>Kompot owocowy</b> [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczką czerwoną, truskawka, śliwka b/p), cukier]</p>
<p><b>Wtorek, 30.11.2021r.</b></p> <p>830 kcal 40 g białka 38 g tłuszczu 119 g węglowodanów</p>	<p><b>Zupa fasolowa</b> [ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasola średnia Jaś, karkówka b/k, boczek wędzony, por, mąka pszenna, śmietana 12%, sól, przyprawy]</p> <p><b>Chleb</b> [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p><b>Bitki wieprzowe pieczone</b> [schab, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna, masło klarowane, sól, przyprawy]</p> <p><b>Puree ziemniaczane</b> [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól]</p> <p><b>Surówka z sałaty lodowej, papryki, kukurydzy</b> [sałata lodowa, papryka czerwona, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, szczypiorek, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p> <p><b>Woda z miodem i cytryną</b> [cytryna, miód pszczeli]</p>
<p><b>Środa, 1.12.2021r.</b></p> <p>790 kcal 23 g białka 17 g tłuszczu 129 g węglowodanów</p>	<p><b>Zupa gulaszowa</b> [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mięso z łopatki, papryka czerwona, ogórki kiszona, mąka pszenna, śmietana 12%, koncentrat pomidorowy, por, sól, przyprawy]</p> <p><b>Chleb</b> [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p><b>Kopytką z podsmażoną cebulką</b> [kopytka (ziemniaki, mąka pszenna, mąka ziemniaczana, jaja, sól, olej rzepakowy), cebula, masło klarowane, olej rzepakowy, sól, przyprawy]</p> <p><b>Gotowana kapusta kiszona</b> [kapusta kiszona, masło klarowane, sól, przyprawy]</p> <p><b>Sok 100% pomarańczowy</b></p>
<p><b>Czwartek, 2.12.2021r.</b></p> <p>820 kcal 39 g białka 23 g tłuszczu 112 g węglowodanów</p>	<p><b>Zupa krem pieczarkowy z grzankami</b> [ziemniaki, pieczarki, seler, marchew, pietruszka, grzanki (mąka pszenna, olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), sól, cukier, drożdże, jaja w proszku, lecytyna słonecznikowa), serek topiony gouda, śmietana 36%, por, sól, przyprawy]</p>	<p><b>Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym</b> [filet z kurczaka, bułka pszenna, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy, jajka, śmietana 12%, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p> <p><b>Puree ziemniaczane</b> [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól]</p> <p><b>Surówka z marchewką i ananasa</b> [marchew, ananas konserwowy, śmietana 12%, cukier]</p> <p><b>Woda mineralna niegazowana</b></p>
<p><b>Piątek, 3.12.2021r.</b></p> <p>785 kcal 35 g białka 17 g tłuszczu 120 g węglowodanów</p>	<p><b>Zupa koperkowa</b> [ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, koperek, mąka pszenna, śmietana 12%, sól, przyprawy]</p> <p><b>Chleb</b> [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p><b>Ryba w sosie śmietanowo - ziołowym z makaronem</b> [ryba miruna, makaron (mąka makaronowa pszenna), mąka pszenna, śmietana 36%, zioła prowansalskie, sól, przyprawy]</p> <p><b>Bukiet warzyw gotowanych</b> [bukiet warzyw mrożony (marchewka, kalafior, brokuł), masło klarowane, sól]</p> <p><b>Kompot jabłkowy</b> [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczką czerwoną, truskawka, śliwka b/p), cukier]</p>

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