

# JADŁOSPIS



	<b>Pierwsze danie</b>	<b>Drugie danie</b>
<b>Poniedziałek, 30.05.2022r.</b>  780 kcal 30 g białka 26 g tłuszczu 100 g węglowodanów	<b>Krupnik</b> [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wieprzowa, kasza jęczmienna, mąka pszenna, śmietana 12%, por, żeberka, porcja rosółowa, natka pietruszki, sól, przyprawy] <b>Chleb</b> [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<b>Zapiekanka makaronowa z szynką, warzywami i serem żółtym</b> [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)] <b>Woda z miodem i cytryną</b> [cytryna, miód pszczeli]
<b>Wtorek, 31.05.2022r.</b>  820 kcal 39 g białka 22 g tłuszczu 115 g węglowodanów	<b>Rosół z makaronem i natką pietruszki</b> [kurczak, marchew, pietruszka, seler, makaron (mąka makaronowa pszenna), por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	<b>Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym</b> [filet z kurczaka mielony, bułka pszenna, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy, jajka, śmietana 12%, natka pietruszki, sól, pieprz] <b>Puree ziemniaczane</b> [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] <b>Gotowana biała kapusta</b> [biała kapusta, masło klarowane, sól, przyprawy] <b>Sok 100% pomarańczowy</b>
<b>Środa, 1.06.2022r.</b>  740 kcal 24 g białka 13 g tłuszczu 130 g węglowodanów	<b>Grochówka</b> [ziemniaki, seler, marchew, pietruszka, groch połówki, boczek wędzony, karkówka b/k, cebula, por, natka pietruszki, czosnek, sól, przyprawy] <b>Chleb</b> [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<b>Ryż z jabłkiem prażonym, jogurtem naturalnym, cynamonem i cukrem trzcinowym</b> [ryż paraboliczny, jabłka prażone, jogurt naturalny (mleko, śmietanka, żywe kultury bakterii jogurtowych), cukier trzcinowy, olej rzepakowy, cynamon, sól] <b>Woda mineralna niegazowana</b>
<b>Czwartek, 2.06.2022r.</b>  865 kcal 23 g białka 26 g tłuszczu 116 g węglowodanów	<b>Zupa krem wielowarzywny</b> [ziemniaki, kalafior mrożony, seler, pietruszka, marchew, bukiet warzyw, serek topiony gouda, grzanki (zaw. mąkę pszenną, mleko, jaja), śmietana 36%, śmietana 12%, por, sól, przyprawy]	<b>Pieczeń rzymską</b> [łopatka b/k, bułka pszenna, bułka tarta, jajka, olej rzepakowy, , sól, przyprawy] <b>Puree ziemniaczane</b> [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] <b>Surówka z sałaty lodowej, pomidora i ogórka</b> [sałata lodowa, pomidory, ogórek zielony, olej rzepakowy, szczypiorek, natka pietruszki, sól, pieprz] <b>Kompot owocowy</b> [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczką czerwoną, truskawka, śliwka b/p), cukier]
<b>Piątek, 3.06.2022r.</b>  825 kcal 26 g białka 23 g tłuszczu 124 g węglowodanów	<b>Zupa szczawiowa</b> [ziemniaki, szczaw konserwowy, marchew, seler, pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, śmietana 12%, mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy] <b>Chleb</b> [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<b>Paluszkę rybne</b> [paluszki rybne Frosta (filety z mintaja, panierka sypka (gluten), olej słonecznikowy, woda, mąka pszenna, skrobia ziemniaczana, sól), olej rzepakowy] <b>Puree ziemniaczane</b> [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] <b>Surówka z selera i brzoskwinii</b> [seler, brzoskwinia w puszcze śmietana 12%, cukier] <b>Kompot jabłkowy</b> [jabłka, cukier trzcinowy]

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