

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 19.09.2022r. 76 kcal 38 g białka 19 g tłuszczu 113 g węglowodanów	Zupa krem wielowarzywny z grzankami [ziemniaki, kalafior mrożony, seler, pietruszka, marchew, bukiet warzyw, serek topiony gouda, grzanki (zaw. mąka pszenna, mleko, jaja), śmietana 36%, śmietana 12%, por, sól, przyprawy]	Udko z kurczaka [udko z kurczaka, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] Surówka z selera i brzoskwinii [seler, brzoskwinia w puszcze, śmietana 12%, cukier] Kompot jabłkowy [jabłka, cukier trzcinowy]
Wtorek, 20.09.2022r. 825 kcal 36 g białka 24 g tłuszczu 111 g węglowodanów	Zupa buraczkowa [ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kość, mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Bitki wieprzowe w sosie własnym z kaszą bulgur [schab b/k, kasza bulgur, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana 12%, masło klarowane, sól, przyprawy] Marchewką gotowaną [marchew, masło klarowane, mąka pszenna, cukier, sól, przyprawy] Woda z miodem i cytryną [woda, cytryna, miód pszczeli]
Środa, 21.09.2022r. 660 kcal 21 g białka 11 g tłuszczu 115 g węglowodanów	Zupa gulaszowa [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mięso z szynki, papryka czerwona, ogórki kiszzone, mąka pszenna, śmietana 12%, koncentrat pomidorowy, por, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Makaron z sosem truskawkowo-jogurtowym [makaron (mąka makaronowa pszenna), jogurt naturalny (mleko, śmietanka, żywe kultury bakterii jogurtowych), truskawki mrożone, cukier trzcinowy, olej rzepakowy] Woda mineralna niegazowana
Czwartek, 22.09.2022r. 790 kcal 35 g białka 19 g tłuszczu 119 g węglowodanów	Zupa pomidorowa z ryżem [marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kości, ryż biały, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana 12%, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Klops pieczony [topatka b/k mielona, bułka pszenna, jajka, olej rzepakowy, por, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] Gotowana biała kapusta [kapusta, cukier, masło klarowane, sól, przyprawy] Sok 100% jabłkowy
Piątek, 23.09.2022r. 745 kcal 23 g białka 23 g tłuszczu 113 g węglowodanów	Zupa ogórkowa [ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, por, zeberka, mąka pszenna, śmietana 12%, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Jajko sadzone [jajka, masło klarowane, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] Salata ze śmietaną [sałata lodowa, śmietana 18% kwaśna, cukier] Kompot owocowy [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]

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