

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 26.09.2022r. 745 kcal 37 g białka 17 g tłuszczu 110 g węglowodanów	Kapusniak [ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, kiełbasa wieprzowa, porcja rosółowa, schab kości, mąka pszenna , por, majeranek, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Filet z kurczaka w sosie słodko-kwaśnym z ryżem parabolicznym [filet z kurczaka, ryż paraboliczny, mieszaneczka chińska mrożona, mąka pszenna , papryka czerwona, olej rzepakowy, śmietana 12% , śmietana 36% , sól, przyprawy] Kompot truskawkowy [truskawki mrożone, cukier]
Wtorek, 27.09.2022r. 870 kcal 36 g białka 23 g tłuszczu 130 g węglowodanów	Zupa krem z białych warzyw z grzankami [ziemniaki, seler, kalafior, pietruszka, marchew, serek topiony gouda, grzanki (mąka pszenna , olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), sól, cukier, drożdże, jaja w proszku, lecytyna słonecznikowa), śmietana 12% , śmietana 36% , por, sól, przyprawy]	Pieczeń rzymską [łopatka b/k, bułka pszenna , bułka tarta, jajka, olej rzepakowy, , sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Surówka z marchewką i ananasa [marchew, ananas konserwowy, śmietana 12% , cukier] Woda z miodem i cytryną [cytryna, miód pszczeli]
Środa, 28.09.2022r. 710 kcal 21 g białka 5 g tłuszczu 135 g węglowodanów	Zupa z czerwonej soczewicy [ziemniaki, seler, marchew, pietruszka, soczewica czerwona, mąka pszenna , śmietana 12% , koncentrat pomidorowy, kasza bulgur , por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Knedle z truskawkami, jogurtem naturalnym i cukrem trzcinowym [knedle z truskawkami (woda, płatki ziemniaczane, skrobia ziemniaczana, truskawki, ziemniaki, cukier, skrobia modyfikowana, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, mąka pszenna), jogurt naturalny (mleko , śmietanka , żywe kultury bakterii), cukier trzcinowy] Woda mineralna niegazowana
Czwartek, 29.09.2022r. 860 kcal 37 g białka 28 g tłuszczu 116 g węglowodanów	Zupa kalafiorowa [ziemniaki, kalafior mrożony, marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kość, śmietana 12% , mąka pszenna , por, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Kotlet schabowy [schab b/k, bułka tarta (zaw. mąkę pszenną , soję), olej rzepakowy, jajka, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Surówka z kapusty pekińskiej, jabłką i marchewką [kapusta pekińska, jabłko, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier, sól, przyprawy] Sok 100% pomarańczowy
Piątek, 30.09.2022r. 830 kcal 33 g białka 23 g tłuszczu 120 g węglowodanów	Zupa wiśniowa [wiśnie mrożone, makaron (mąka makaronowa pszenna), cukier, kisiel bez cukru]	Klopsy rybne [ryba mrożona (miruna), bułka tarta (zaw. mąka pszenna , sojowa), olej rzepakowy, jajka, por, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Bukiet warzyw gotowanych [bukiet warzyw mrożony (marchewka, kalafior, brokuł), masło klarowane, sól] Woda mineralna niegazowana

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