

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
<p>Poniedziałek, 5.09.2022r.</p> <p>640 kcal 16 g białka 8 g tłuszczu 115 g węglowodanów</p>	<p>Krupnik [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, kielbasa wieprzowa, kasza jęczmienna, mąka pszenna, śmietana 12%, por, żeberka, porcja rosółowa, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p> <p>Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p>Jabłko prażone z ryżem parabolicznym, jogurtem naturalnym, cynamonem i cukrem [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>Woda mineralna niegazowana</p>
<p>Wtorek, 6.09.2022r.</p> <p>860 kcal 37 g białka 20 g tłuszczu 129 g węglowodanów</p>	<p>Zupa ziemniaczana [ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, śmietana 12%, mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p> <p>Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p>Mięso w sosie myśliwskim z kaszą bulgur [mięso z szynki, kasza bulgur, pieczarki, papryka czerwona, ogórki kiszzone, mąka pszenna, przecier pomidorowy, olej rzepakowy, masło klarowane, śmietana 12%, koperek, sól, przyprawy]</p> <p>Sok 100% jabłkowy</p>
<p>Środa, 7.09.2022r.</p> <p>750 kcal 27 g białka 25 g tłuszczu 100 g węglowodanów</p>	<p>Zupa koperkowa [ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, koperek, mąka pszenna, śmietana 12%, sól, przyprawy]</p> <p>Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p>Zapiekaną makaronową z warzywami, szynką i serem żółtym [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>Woda z miodem i cytryną [cytryna, miód pszczeli]</p>
<p>Czwartek, 8.09.2022r.</p> <p>825 kcal 38 g białka 23 g tłuszczu 117 g węglowodanów</p>	<p>Rosół z makaronem i natką pietruszki [kurczak, marchew, pietruszka, seler, makaron (mąka makaronowa pszenna), por, natka pietruszki, sól, przyprawy]</p>	<p>Kotlet drobiowy panierowany [filet z kurczaka, bułka tarta (zaw. mąkę pszenną, soję), olej rzepakowy, jajka, masło klarowane, sól, przyprawy]</p> <p>Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól]</p> <p>Mizeria [śmietana kwaśna 18%, ogórki zielone, koperek, sól, przyprawy]</p> <p>Kompot owocowy [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczką czerwoną, truskawką, śliwką b/p), cukier]</p>
<p>Piątek, 9.09.2022r.</p> <p>755 kcal 33 g białka 17 g tłuszczu 125 g węglowodanów</p>	<p>Zupa jarzynowa [ziemniaki, kapusta biała, kalafior mrożony, bukiet warzyw mrożony, marchew, seler, pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, mąka pszenna, śmietana 12%, por, koperek, sól, przyprawy]</p> <p>Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]</p>	<p>Gziki ze szczypiorkiem i ziemniakami [ziemniaki, twaróg półtłusty, ser śmietankowy, śmietana 18%, szczypiorek, sól, przyprawy]</p> <p>Kompot jabłkowy [jabłka, cukier trzcinowy]</p>

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