

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 16.01.2023 860 kcal 38 g białka 26 g tłuszczu 120 g węglowodanów	Zupa krem ziemniaczany z grzankami [ziemniaki, seler, pietruszka, marchew, serek topiony gouda, grzanki (mąka pszenna, olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), sól, cukier, drożdże, jaja w proszku, lecytyna słonecznikowa), por, mąka pszenna, śmietana 12%, śmietana 36%, sól, przyprawy]	Spaghetti bolognese [łopatka b/k mielona, makaron (mąka makaronowa pszenna), przecier pomidorowy, pomidory w puszcze, mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana 12%, sól, przyprawy] Sok 100% jabłkowy
Wtorek, 17.01.2023 730 kcal 38 g białka 23 g tłuszczu 90 g węglowodanów	Rosół z makaronem i natką pietruszki [kurczak, marchew, pietruszka, seler, makaron (mąka makaronowa pszenna), por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Pieczone udko z kurczaka [udko z kurczaka, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, koperek, sól] Salata ze śmietaną [sałata lodowa, śmietana 18% kwaśna, cukier] Woda z miodem i cytryną [woda, cytryna, miód pszczeli]
Środa, 18.01.2023 890 kcal 31 g białka 24 g tłuszczu 130 g węglowodanów	Grochówka [ziemniaki, seler, marchew, pietruszka, groch połówki, boczek wędzony, karkówka b/k, cebula, por, natka pietruszki, czosnek, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Pierogi z serem, jogurtem naturalnym i cukrem trzcinowym [pierogi z serem (mąka pszenna, twaróg, twaróg waniliowy, cukier, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, sól), jogurt naturalny (mleko, śmietanka, żywe kultury bakterii), cukier trzcinowy, olej rzepakowy, sól] Woda mineralna niegazowana
Czwartek, 19.01.2023 795 kcal 40 g białka 16 g tłuszczu 118 g węglowodanów	Zupa buraczkowa [ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kość, mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Pulpety drobiowe w sosie koperkowym [pierś z kurczaka mielona, bułka pszenna, mąka pszenna, jajka, śmietana 12%, koperek, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, koperek, sól] Marchewka z groszkiem [marchewka z groszkiem mrożona, masło klarowane, sól, pieprz] Kompot owocowy [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]
Piątek, 20.01.2023 875 kcal 33 g białka 34 g tłuszczu 123 g węglowodanów	Zupa kalafiorowa z kaszką [kalafior mrożony, kaszka manna, marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kość, śmietana 12%, serek topiony gouda mąka pszenna, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Filet z miruny panierowany [ryba mrożona (miruna), bułka tarta (zaw. mąkę pszenną, sojową), olej rzepakowy, jajka, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2%, koperek, sól] Surówka z kapusty kiszonej [kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier, por, natka pietruszki, przyprawy] Kompot truskawkowy [truskawki mrożone, cukier]

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