

JADŁOSPIS



	<i>Pierwsze danie</i>	<i>Drugie danie</i>
Poniedziałek, 29.05.2023 710 kcal 33 g białka 14 g tłuszczu 115 g węglowodanów	<i>Zupa koperkowa</i> [ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, koperek, mąka pszenna , śmietana 12%, sól, przyprawy] <i>Chleb</i> [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<i>Sos meksykański z ryżem parabolicznym</i> [mięso z łopatki mielone, ryż paraboliczny, papryka czerwona, mąka pszenna , groszek konserwowy, kukurydza konserwowa, fasola czerwona konserwowa, śmietana 12%, sól, przyprawy] <i>Woda z miodem i cytryną</i> [cytryna, miód pszczeli]
Wtorek, 30.05.2023 735 kcal 34 g białka 20 g tłuszczu 101 g węglowodanów	<i>Zupa buraczkowa</i> [ziemniaki, buraki, marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kość, mąka pszenna , por, natka pietruszki, sól, przyprawy] <i>Chleb</i> [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<i>Pieczone udko z kurczaka</i> [udko z kurczaka, olej rzepakowy, sól, przyprawy] <i>Puree ziemniaczane</i> [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] <i>Salata ze śmietaną</i> [sałata lodowa, śmietana 18% kwaśna, cukier] <i>Kompot wiśniowy</i> [truskawki mrożone, cukier]
Środa, 31.05.2023 745 kcal 22 g białka 19 g tłuszczu 117 g węglowodanów	<i>Zupa gulaszowa</i> [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, mięso z szynki, papryka czerwona, ogórki kiszzone, mąka pszenna , śmietana 12%, koncentrat pomidorowy, por, sól, przyprawy] <i>Chleb</i> [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<i>Pierogi z kapustą i grzybami z podsmażoną cebulką</i> [mąka pszenna , farsz – kapusta kiszona, pieczarki, cebula, marchew, olej rzepakowy, cukier, bułka tarta (zaw. mąkę pszenną , żytnią), cebula, olej rzepakowy, sól, przyprawy] <i>Kompot owocowy</i> [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]
Czwartek, 1.06.2023 860 kcal 38 g białka 26 g tłuszczu 122 g węglowodanów	<i>Zupa ogórkowa</i> [ziemniaki, ogórki kiszzone, marchew, seler, pietruszka, kielbasa wieprzowa, por, żeberka, mąka pszenna , śmietana 12%, natka pietruszki, sól, przyprawy] <i>Chleb</i> [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<i>Kotlet schabowy</i> [schab b/k, bułka tarta (zaw. mąkę pszenną , soję), olej rzepakowy, jajka, sól, przyprawy] <i>Puree ziemniaczane</i> [ziemniaki, mleko 2%, , koperek, sól] <i>Gotowana biała kapusta</i> [kapusta młoda, cukier, masło klarowane, sól, przyprawy] <i>Soł 100% pomarańczowy</i>
Piątek, 2.06.2023 710 kcal 23 g białka 20 g tłuszczu 115 g węglowodanów	<i>Zupa pomidorowa z ryżem</i> [marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kości, ryż biały, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , śmietana 12%, por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	<i>Makaron z serem</i> [ser twarogowy półtłusty, makaron (mąka makaronowa pszenna), śmietana kwaśna 18%, cukier trzcinowy, olej rzepakowy, sól] <i>Woda mineralna niegazowana</i>

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