

JADŁOSPIS



	<i>Pierwsze danie</i>	<i>Drugie danie</i>
Poniedziałek, 27.11.2023 775 kcal 38 g białka 21 g tłuszczu 110 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>Spaghetti bolognese</i> [łopatka b/k mielona, makaron (mąka makaronowa pszenna), przecier pomidorowy, pomidory w puszcze, mąka pszenna , olej rzepakowy, śmietana 12% , sól, przyprawy] <i>Kompot owocowy</i> [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]
Wtorek, 28.11.2023 840 kcal 38 g białka 28 g tłuszczu 110 g węglowodanów	<i>Rosół z makaronem i natką pietruszką</i> [kurczak, marchew, pietruszka, seler, makaron (mąka makaronowa pszenna), por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	<i>Devolay</i> [mięso z piersi kurczaka mielone, bułka tarta , jajka, olej rzepakowy, ser żółty gouda , masło , sól, przyprawy] <i>Puree ziemniaczane</i> [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] <i>Surówka colesław</i> [kapusta biała, marchew, jogurt naturalny, kwaśna śmietana , cukier, sól, przyprawy] <i>Sok 100% jabłkowy</i>
Środa, 29.11.2023 730 kcal 21 g białka 21 g tłuszczu 115 g węglowodanów	<i>Zupa fasolowa</i> [ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, fasola średnia Jaś, karkówka b/k, boczek wędzony, por, mąka pszenna , śmietana 12% , sól, przyprawy] <i>Chleb</i> [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<i>Pierogi z mięsem i podsmażoną cebulką</i> [pierogi z mięsem (mąka pszenna , farsz mięsny – mięso wieprzowe, mięso drobiowe, cebula, jaja , sól, pieprz, marchew, wywar, woda, olej rzepakowy, sól), cebula, olej rzepakowy, masło , sól] <i>Woda mineralna niegazowana</i>
Czwartek, 30.11.2023 825 kcal 37 g białka 22 g tłuszczu 115 g węglowodanów	<i>Zupa krem z pomidorów z grzankami</i> [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, pomidory w puszcze (pomidory, sok pomidorowy, regulator kwasowości), koncentrat pomidorowy, serek topiony gouda , grzanki (zaw. mąkę pszenną , mleko , jaja), śmietana 12% , śmietana 36% , por, sól, przyprawy]	<i>Filet z indyką w sosie pieczarkowym z ryżem</i> [filet z indyka, ryż paraboliczny, pieczarki, mąka pszenna , olej rzepakowy, śmietana 12% , śmietana 36% , masło klarowane , sól, przyprawy] <i>Kompot wiśniowy</i> [wiśnie, cukier]
Piątek, 1.12.2023 740 kcal 30 g białka 16 g tłuszczu 115 g węglowodanów	<i>Zupa wiśniowa z makaronem</i> [wiśnie mrożone, makaron (mąka makaronowa pszenna), cukier, kisiel bez cukru]	<i>Gziki z ziemniakami</i> [ziemniaki, twaróg półtłusty , ser śmietankowy , śmietana 18% , szczypiorek, sól, przyprawy] <i>Woda z miodem i cytryną</i> [woda, cytryna, miód pszczeli]

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