

JADŁOSPIS



	<i>Pierwsze danie</i>	<i>Drugie danie</i>
Poniedziałek, 4.12.2023 855 kcal 35 g białka 18 g tłuszczu 130 g węglowodanów	<i>Zupa z fasolki szparagowej</i> [ziemniaki, fasolka szparagowa zielona mrożona, marchew, seler , pietruszka, mąka pszenna , śmietana 12% , por, porcja rosółowa, schab kości, natka pietruszki, sól, przyprawy] <i>Chleb</i> [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<i>Udło z kurczaka w sosie potrawkowym z ryżem parabolicznym</i> [udko z kurczaka, ryż paraboliczny, mąka pszenna , olej rzepakowy, śmietana 12% , śmietana 36% , sól, przyprawy] <i>Zasmażana marchewka</i> [marchew, masło klarowane, mąka pszenna , cukier, sól, przyprawy] <i>Kompot owocowy</i> [mieszanka kompotowa mrożona (aronia, porzeczka czerwona, truskawka, śliwka b/p), cukier]
Wtorek, 5.12.2023 680 kcal 35 g białka 17 g tłuszczu 100 g węglowodanów	<i>Zupa grysikowa</i> [marchew, pietruszka, seler , kasza manna , porcja rosółowa, schab kości, śmietana 12% , mąka pszenna , por, natka pietruszki, sól, przyprawy] <i>Chleb</i> [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<i>Roladką drobiową z warzywami</i> [mięso z piersi kurczaka mielone, marchew, bułka pszenna , seler , jajka , pietruszka, olej rzepakowy, masło , por, natka pietruszki, bułka tarta, sól] <i>Puree ziemniaczane</i> [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] <i>Surówka z sałaty lodowej, pomidora i ogórka</i> [sałata lodowa, pomidor, ogórek zielony, olej rzepakowy, szczypiorek, natka pietruszki, sól, przyprawy] <i>Sok 100% pomarańczowy</i>
Środa, 6.12.2023 740 kcal 26 g białka 21 g tłuszczu 115 g węglowodanów	<i>Krupnik</i> [ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , kielbasa wieprzowa, kasza jęczmienna , mąka pszenna , śmietana 12% , por, żeberka, porcja rosółowa, natka pietruszki, sól, przyprawy] <i>Chleb</i> [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<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>
Czwartek, 7.12.2023 795 kcal 36 g białka 22 g tłuszczu 112 g węglowodanów	<i>Zupa szczawiowa</i> [ziemniaki, szczaw konserwowy, marchew, seler , pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, śmietana 12% , mąka pszenna , por, natka pietruszki, sól, przyprawy] <i>Chleb</i> [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	<i>Bitki wieprzowe z kaszą bulgur</i> [schab b/k, kasza bulgur , olej rzepakowy, mąka pszenna , śmietana 12% , masło klarowane, sól, przyprawy] <i>Buraczki</i> [buraki, olej rzepakowy, cukier, sól, pieprz] <i>Kompot wiśniowy</i> [wiśnie, cukier]
Piątek, 8.12.2023 840 kcal 33 g białka 27 g tłuszczu 117 g węglowodanów	<i>Zupa krem z białych warzyw</i> [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]	<i>Filet z miruny panierowany</i> [ryba mrożona (miruna), bułka tarta (zaw. mąkę pszenną , sojową), olej rzepakowy, jajka , sól, przyprawy] <i>Puree ziemniaczane</i> [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] <i>Surówka z kiszzonej kapusty</i> [kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier, por, natka pietruszki, przyprawy] <i>Woda z miodem i cytryną</i> [cytryna, miód pszczeli]

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