

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 31.03.2025 875 kcal 33 g białka 29 g tłuszczu 115 g węglowodanów	Zupa z czerwonej soczewicy [ziemniaki, seler, marchew, pietruszka, soczewica czerwona, mąka pszenna , śmietana 12% , koncentrat pomidorowy, kasza bulgur , por, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Spaghetti carbonara [makaron(mąka makaronowa pszenna), kielbasa wieprzowa, boczek wędzony, śmietana 36% , serek topiony gouda, cebula, masło klarowane, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Kompot truskawkowy [truskawki mrożone, cukier]
Wtorek, 1.04.2025 770 kcal 33 g białka 22 g tłuszczu 104 g węglowodanów	Zupa krem wielowarzywny z grzankami [ziemniaki, kalafior mrożony, seler, pietruszka, marchew, bukiet warzyw, serek topiony gouda, grzanki (mąka pszenna , olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), sól, cukier, drożdże, jaja w proszku, lecytyna słonecznikowa), śmietana 36% , śmietana 12% , por, sól, przyprawy]	Pieczeń drobiowa z warzywami [mięso z piersi kurczaka mielone, marchew, bułka pszenna , seler, jajka, pietruszka, olej rzepakowy, masło , por, natka pietruszki, bułka tarta , sól] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Surówka z kapusty pekińskiej, papryki i kukurydzy [kapusta pekińska, papryka czerwona, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól, przyprawy] Woda mineralna niegazowana
Środa, 02.04.2025 810 kcal 35 g białka 19 g tłuszczu 112 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]	Gulasz z kaszą bulgur [mięso z szynki, kasza bulgur , mąka pszenna , śmietana 12% , olej rzepakowy, masło klarowane, cebula, sól, przyprawy] Ogórek kiszony Woda z miodem i cytryną [cytryna, miód pszczeli]
Czwartek, 03.04.2025 830 kcal 33 g białka 28 g tłuszczu 105 g węglowodanów	Rosół z kłuseczkami i natką pietruszki [kurczak, marchew, pietruszka, seler, makaron (mąka makaronowa pszenna), por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Devolay [mięso z piersi kurczaka mielone, bułka tarta , jajka, olej rzepakowy, ser żółty gouda, masło , sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Salata w śmietanie [sałata lodowa, śmietana 18% kwaśna, cukier] Sok 100% pomarańczowy
Piątek, 04.04.2025 885 kcal 29 g białka 25 g tłuszczu 133 g węglowodanów	Zupa wiśniowa z makaronem [wiśnie mrożone, makaron (mąka makaronowa pszenna), cukier, kisiel bez cukru]	Filet z ryby Miruna 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, jabłką i marchwi [kapusta kiszona, marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier, por, natka pietruszki, przyprawy] Kompot jabłkowy [jabłka, cukier trzcinowy]

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