

JADŁOSPIS



	Pierwsze danie	Drugie danie
Poniedziałek, 26.05.2025 765 kcal 33 g białka 21 g tłuszczu 110 g węglowodanów	Kapusznik [ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, seler, pietruszka, kielbasa wieprzowa, porcja rosółowa, schab kości, mąka pszenna , por, majeranek, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Spaghetti bolognese [topatka b/k mielona, makaron (mąka makaronowa pszenna), przecier pomidorowy, pomidory w puszcze, mąka pszenna , olej rzepakowy, śmietana 12% , sól, przyprawy] Kompot wiśniowy [wiśnie b/p mrożone, cukier]
Wtorek, 27.05.2025 795 kcal 33 g białka 26 g tłuszczu 102 g węglowodanów	Zupa krem z cukinii z grzankami [ziemniaki, cukinia, seler, marchew, pietruszka, grzanki (mąka pszenna , olej rzepakowy, serwatka w proszku (z mleka), sól, cukier, drożdże, jaja w proszku, lecytyna słonecznikowa), serek topiony gouda , śmietana 36% , por, sól, przyprawy]	Udko z kurczaka pieczone [udko z kurczaka, olej rzepakowy, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Groszek z marchewką [marchewka z groszkiem mrożona, masło klarowane, sól, pieprz] Kompot jabłkowy [jabłka, cukier trzcinowy]
Środa, 28.05.2025 800 kcal 27 g białka 20 g tłuszczu 130 g węglowodanów	Zupa ziemniaczana [ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, porcja rosółowa, schab kości, śmietana 12% , mąka pszenna , por, natka pietruszki, sól, przyprawy] Chleb [mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, z dodatkiem słonecznika, lnu, sezamu]	Makaron z serem i cukrem trzcinowym [ser twarogowy półtłusty, makaron (mąka makaronowa pszenna), śmietana kwaśna 18%, cukier trzcinowy, olej rzepakowy, sól] Woda mineralna niegazowana
Czwartek, 29.05.2025 840 kcal 31 g białka 24 g tłuszczu 120 g węglowodanów	Zupa pomidorowa z ryżem [marchew, pietruszka, seler, porcja rosółowa, schab kości, ryż biały, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna , śmietana 12% , por, natka pietruszki, sól, przyprawy]	Kotlet drobiowy panierowany [filet z kurczaka, bułka tarta (zaw. mąkę pszenną , soję), olej rzepakowy, jajka , masło klarowane, sól, przyprawy] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Salata w śmietanie [sałata lodowa, śmietana 18% kwaśna, cukier] Soł 100% pomarańczowy
Piątek, 30.05.2025 810 kcal 21 g białka 25 g tłuszczu 123 g węglowodanów	Zupa owocowa z kłuseczkami [wiśnie mrożone, zacierka makaronowa (mąka makaronowa pszenna), jogurt naturalny (mleko , śmietanka , żywe kultury bakterii jogurtowych), cukier, mąka pszenna]	Paluszki rybne [paluszki rybne Frosta (filety z mintaja , panierka sypka (gluten), olej słonecznikowy, woda, mąka pszenna , skrobia ziemniaczana, sól), olej rzepakowy, sól] Puree ziemniaczane [ziemniaki, mleko 2% , , koperek, sól] Surówka colesław [kapusta biała, marchew, jogurt naturalny, śmietana kwaśna 18% , cukier, sól, przyprawy] Woda z miodem i cytryną [cytryna, miód pszczeli]

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