

Lp	Data	Jadłospis
I.	18.09.2023 poniedziałek	<p>Zupa pieczarkowa* – 300g: woda, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, pietruszka, seler*), kurczak cały, pieczarki, śmietana* 18%, przyprawy (pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie), sól, natka pietruszki ,</p> <p>Chleb mieszany*: (chleb pszenno-żytni, chleb żytni z ziarnami słonecznika),</p> <p>Kasza gryczana – 100g: woda, kasza gryczana, sól,</p> <p>Gulasz wieprzowy* – 200g: łopátka wieprzowa, olej rzepakowy, mąka pszenna*, papryka mielona, majeranek, peperonata, pomidory w puszcze, cebula, przyprawy, sól,</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty –150g: kapusta czerwona, cebula, jabłko, majonez, jogurt naturalny*, cytryna, orzechy włoskie</p> <p>Kompót wieloowocowy – 200ml: woda, owoce mrożone (śliwka, czarna porzeczką, jabłko, wiśnia), cukier- 8g/200ml</p> <p>Serek waniliowy</p>
II.	19.09.2023 wtorek	<p>Zupa włoska* – 300g: woda, makaron wstążki, włoszczyzna (marchew, pietruszka, seler*), kurczak cały, ser żółty, śmietana* 18%, przyprawy (pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie), sól, natka pietruszki ,</p> <p>Chleb mieszany*: (chleb pszenno-żytni, chleb żytni z ziarnami słonecznika)</p> <p>Ziemniaki – 200g: woda, ziemniaki, sól,</p> <p>Kotlety drobiowe *– 100g: filet z kurczaka, podlaska przyprawa do drobiu, papryka mielona, kurkuma,</p> <p>Marchewka zasmażana – 150g: marchew kostka mrożona, masło*, mąka pszenna*, sól</p> <p>Kompót wieloowocowy – 200 ml: woda, owoce mrożone –(śliwka, czarna porzeczką, jabłko, wiśnia), cukier- 8g/200m</p> <p>Jabłko</p>
III.	20.09.2023 środa	<p>Zupa jarzynowa* – 300g: woda, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, pietruszka, seler*), kapusta biała, kurczak cały, fasolka szparagowa, pomidory w puszcze, przyprawy (pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie), sól, natka pietruszki ,</p> <p>Chleb mieszany* - (chleb pszenno-żytni, chleb żytni z ziarnami słonecznika),</p> <p>Pierogi z serem i jagodami – 250g: woda, pierogi, śmietana 18%, cukier, cukier waniliowy, sól,</p> <p>Kompót wieloowocowy – 200 ml: woda, owoce mrożone –(śliwka, czarna porzeczką, jabłko, wiśnia), cukier- 8g/200m</p> <p>Banan</p>
IV.	21.09.2023 czwartek	<p>Zupa porowa* – 300g: woda, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, pietruszka, seler*), por, kurczak cały, śmietana* 18%, serek topiony*, przyprawy (pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie), sól,</p> <p>Chleb mieszany* - (chleb pszenno-żytni, chleb żytni z ziarnami słonecznika),</p> <p>Ziemniaki – 200g: woda, ziemniaki, sól,</p> <p>Schab pieczony* – 100g: schab b/k, podlaska przyprawa do mięsa, mąka*, czosnek, tymianek, papryka mielona</p> <p>Surówka z sałaty i pomidora –150g: sałata lodowa, pomidor, cytryna, oliwa, zioła prowansalskie</p> <p>Kompót wieloowocowy – 200 ml: woda, owoce mrożone –(śliwka, czarna porzeczką, jabłko, wiśnia), cukier- 8g/200m</p> <p>Jogurt owocowy*</p>

V.	22.09.2023 piątek	<p>Zupa pomidorowa z makaronem* – 300g: woda, makaron, włoszczyzna (marchew, pietruszka, seler*), koncentrat pomidorowy, kurczak cały, śmietana 18%*, natka pietruszki, przyprawy (pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie),</p> <p>Ziemniaki – 200g: woda, ziemniaki, sól,</p> <p>Kotlet rybny* – 100g: filet z dorsza mrożony*, olej, jaja*, bułka sucha*, bułka tarta*, przyprawa do ryb, sól,</p> <p>Surówka z białej kapusty – 150g: kapusta biała, cebula, marchew, kukurydza, cytryna, oliwa, ziarno słonecznika, cukier.</p> <p>Kompot wieloowocowy – 200 ml: woda, owoce mrożone –(śliwka, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), cukier- 8g/200m Gruszka</p>
VI.	25.09.2023 poniedziałek	<p>Zupa grochowa* – 300g: woda, groch, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, pietruszka, seler*), kurczak cały, przyprawy (pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie), majeranek, czosnek, sól,</p> <p>Chleb mieszany*: (chleb pszenno-żytni, chleb żytni z ziarnami słonecznika),</p> <p>Ryż – 100g: woda, ryż, sól,</p> <p>Kurczak w sosie słodko-kwaśnym – 200g; filet z kurczaka, olej rzepakowy, mieszanka chińska, przyprawa do drobiu, ananas plastry, bazylija, papryka mielona, kurkuma, mąka*, pomidory w puszcze, przyprawy</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej –150g: kapusta pekińska, marchew, papryka czerwona, cebula, kukurydza konserwowa, majonez, jogurt naturalny*, cytryna, sól,</p> <p>Kompot wieloowocowy – 200ml: woda, owoce mrożone (śliwka, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), cukier- 8g/200ml Jabłko</p>
VII.	26.09.2023 wtorek	<p>Rosół z makaronem* – 300g: woda, porcje rosółowe, włoszczyzna (marchew, pietruszka, seler*), szponder wołowy, makaron nitka*, cebula, natka, przyprawy (pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie), sól,</p> <p>Ziemniaki – 200g: woda, ziemniaki, sól,</p> <p>Kotlet mielony* - 100g: łopatką, jaja*, olej rzepakowy, bułka tarta*, bułka sucha*, podlaska przyprawa do wieprzowiny, sól, pieprz.</p> <p>Surówka z marchwi i pora* – 150g: marchew, por, jabłko, majonez, jogurt naturalny*, żurawina, cytryna.</p> <p>Kompot wieloowocowy – 200ml: woda, owoce mrożone (śliwka, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), cukier- 8g/200ml Banan</p>
VIII.	27.09.2023 środa	<p>Żurek* – 300g: woda, ziemniaki, kiełbasa, włoszczyzna (marchew, pietruszka, seler*), kurczak cały, śmietana 18%, przyprawy (pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie), majeranek, czosnek, sól,</p> <p>Chleb mieszany*: (chleb pszenno-żytni, chleb żytni z ziarnami słonecznika),</p> <p>Naleśniki z serem* – 250g: mąka pszenna*, twaróg półtłusty, mleko*, woda, jaja*, cukier, śmietana 18%*, cukier waniliowy</p> <p>Kompot wieloowocowy – 200ml: woda, owoce mrożone (śliwka, czarna porzeczka, jabłko, wiśnia), cukier- 8g/200ml Brzoskwinia</p>

IX.	28.09.2023 czwartek	<p>Zupa ogórkowa* – 300g: woda, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, pietruszka, seler*), ogórek kiszony, kurczak cały, śmietana* 18%, przyprawy (pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie), sól,</p> <p>Chleb mieszany* - (chleb pszenno-żytni, chleb żytni z ziarnami słonecznika),</p> <p>Ziemniaki – 200g: woda, ziemniaki, sól,</p> <p>Udko kurczaka pieczone – 100g: udko, przyprawa do drobiu, papryka słodka mielona, kurkuma,</p> <p>Salata ze szczypiorem i rzodkiewką – 150g: sałata masłowa, rzodkiewka. szczypior, śmietana, cytryna, sól, cukier</p> <p>Kompot wieloowocowy – 150ml: woda, owoce mrożone (śliwka, czarna porzeczką, jabłko, wiśnia), cukier- 8g/200ml</p> <p>Serek waniliowy</p>
X.	29.09.2023 piątek	<p>Barszcz ukraiński* – 300g: woda, ziemniaki, burak czerwony, włoszczyzna(marchew, pietruszka, seler*), kapusta biała, fasola biała, koncentrat barszczu czerwonego, śmietana* 18%, kurczak cały, przyprawy (pieprz naturalny, liść laurowy, ziele angielskie), majeranek, sól,</p> <p>Chleb mieszany: (chleb pszenno-żytni, chleb żytni z ziarnami słonecznika),</p> <p>Ziemniaki – 200g: woda, ziemniaki, sól,</p> <p>Filet z morszczuka w cieście*– 100g: filet mrożony*, olej rzepakowy, mąka pszenna*, jaja*, bułka tarta*, przyprawa do ryb,</p> <p>Surówka z kiszonej kapusty –150g: kapusta kiszona, cebula, marchew, oliwa, cukier.</p> <p>Kompot wieloowocowy – 200 ml: woda, owoce mrożone -(śliwka, czarna porzeczką, jabłko, wiśnia), cukier-8g/200ml,</p> <p>Jogurt owocowy</p>

*alergeny – jaja, mleko, gluten, seler, ryby

ŚWN: 994kcal na obiad