

Jadłospis obowiązujący od 11.12.2023 do 15.12.2023

Spis treści

Poniedziałek 11.12.2023	2
Zupa kalafiorowa	2
Ryż, gołąbki leniwe.....	2
Kompot, woda.....	2
Wtorek 12.12.2023	3
Rosół z makaronem	3
Ziemniaki, kotlet schabowy, surówka	3
Kompot, woda.....	3
Środa 13.12.2023	4
Zupa rybna	4
Zapiekane ziemniaczki, polędwiczki z kurczaka, surówka	4
Kompot, woda.....	4
Czwartek 14.12.2023.....	5
Zupa minestrone.....	5
Makaron, pesto pomidorowe z kurczakiem.....	5
Kompot, woda.....	5
Piątek 15.12.2023.....	6
Zupa barszcz czerwony	6
Kasza, gulasz, brokuł	6
Kompot, woda.....	6
Legenda (objaśnienia).....	6

Poniedziałek 11.12.2023

Zupa kalafiorowa

Składniki:

- porcja rosółowa, mrożona marchew, , ziemniaki, nać, sól, śmietana (**mleko**), mrożony kalafior

Ryż paraboliczny, gołąbki leniwe

Składniki:

- Ryż paraboliczny
- Karkówka, ryż biały, cebula, kapusta biała, kasza manna(**gluten pszeniczny**), przecier pomidorowy, mąka (**gluten pszeniczny**), olej, **jajka**, sól

Kompot

Składniki:

- Mrożona porzeczka, cukier

Zestaw obiadowy zawiera:

- zupa :250 ml
- ryż: 200 g
- gołąbki leniwe: 150g
- kompot: 250 ml

Wtorek 12.12.2023

Rosół z makaronem

Składniki:

- porcja rosółowa, włoszczyzna (**seler**), sól, nać, cebula, por, makaron nitki (**gluten pszenny, jaja**)

Ziemniaki, kotlet schabowy, surówka z rzodkiewki

Składniki:

- Ziemniaki, mleko (**mleko**), śmietana(**mleko**),masło (**mleko**)
- Kotlet schabowy, schab, **jaja**, bułka tarta (**gluten pszenny**)
- Surówka z rzodkiewki, rzodkiew biała, śmietana (**mleko**), majonez (**gorczyca, jaja**), cukier, cytryna, nasiona słonecznika

Kompot

Składniki:

- cytryna, cukier

Zestaw obiadowy zawiera:

- Zupa: 250 ml
- Ziemniaki: 150 g
- Kotlet: 100g
- Surówka: 80g
- Kompot: 250 ml

Środa 13.12.2023

Zupa rybna

Składniki:

- porcja rosółowa, mrożona włoszczyzna (**seler**), ryba (**ryba**), ziemniaki, przecier, pomidory, sól, nać, koper

Zapiekane ziemniaczki, polędwiczki, surówka

Składniki:

- Zapiekane kuleczki ziemniaczane
- Polędwiczki, filet z kurczaka, olej, mąka(**gluten pszenny**), cebula, sól, **jaja**
- Surówka z kapusty pekińskiej , kapusta, kukurydza, olej, marchew, papryka czerwona, sól

Kompot

Składniki:

- Mrożona

śliwka, cukier

Zestaw obiadowy zawiera:

- Zupa: 250 ml
- Ziemniaczki: 100 g
- Polędwiczki: 100 g
- Surówka: 80 g
- Kompot: 250 ml

Czwartek 14.12.2023

Zupa minestrone

Składniki:

- porcja rosółowa, makaron(**gluten pszenny**), mrożona włoszczyzna (**seler**), śmietana (**mleko**), sól, przecier, pomidory

Makaron, pesto pomidorowe z kurczakiem

Składniki:

- makaron (**gluten pszenny**)
- Pesto pomidorowe z kurczakiem, cebula, olej, filet z kurczaka, pomidory, śmietanka(**mleko**), przecier, ser parmezan (**mleko**), sól, serki (**mleko**), słonecznik, czosnek

Kompot

Składniki:

- mrożone wiśnie, cukier

Zestaw obiadowy zawiera:

- Zupa: 250ml
- Makaron: 200 g
- Pesto: 100g
- Kompot: 250 ml

Piątek 15.12.2023

Barszcz czerwony

Składniki:

- Porcja rosółowa, **seler**, mrożona włoszczyzna (**seler**), sól, pieprz, ziemniaki, buraki, **seler**, por, nać, pietruszka, cukier

Kasza pęczak, gulasz wieprzowy, brokuł

Składniki:

- Kasza pęczak
- Gulasz, karkówka, łopatka, mąka (**gluten pszenny**), sól,
- Brokuł, mrożony brokuł, bułka tarta(**gluten pszenny**), masło (**mleko**)

Kompot

Składniki:

- mr. wielowocowa, cukier

Zestaw obiadowy zawiera:

- Zupa: 250 ml
- Kasza: 200 g
- Gulasz: 100 g
- Brokuł: 80 g
- Kompot: 220 ml

Legenda (objaśnienia):

1. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem
2. Ilość cukru: 10 g w 250 ml kompotu