

JADŁOSPIS-VEGE

18 - 22 PAŹDZIERNIKA



PONIEDZIAŁEK

*Zupa pomidorowa z ryżem
Potrawka z tofu w sosie śmietanowym,
kaszka bulgur, surówka porowa
Kompot z owocami*

WTOREK

*Zupa jarzynowa z makaronem
Placuszki z cukinii z sezamem, ziemniaki
groszek zielony z masełkiem
Kompot z owocami*

ŚRODA

*Zupa ziemniaczana
Makaron kokardki z sosem z pomidorów, serkiem feta
i świeżą bazylią
Kompot z owocami*

CZWARTEK

*Krupnik z jarzynkami
Tempeh smażony, ziemniaki
surówka z kapusty modrej
Kompot z owocami*

PIĄTEK

*Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami
Ryż z pieczonymi jabłkami i cynamonem z sosem waniliowym
Kompot z owocami*

ŻYCZYMY SMACZNEGO !!!

SKŁAD SUROWCÓW I WYKAZ ALERGENÓW DAŃ OBIADOWYCH

PONIEDZIAŁEK

1. Zupa pomidorowa z ryżem

(pomidory, cebula, masło 82%, , koncentrat pomidorowy, marchewka, cebula, pietruszka, seler, por, pieprz, sól, mąka pszenna, śmietana 30%, ryż, natka)

2. Potrawka z tofu w sosie śmietanowym, kaszka bulgur, surówka porowa

(tofu, cebula, warzywa suszone, , mąka pszenna, śmietana 30%, ziele angielskie, liść laurowy, olej rzepakowy, kaszka bulgur, kapusta pekińska, pory, jogurt naturalny)

WTOREK

1. Zupa jarzynowa z makaronem

(kalafior, brokuły, fasola szparagowa, groszek, pory, marchewka, cebula, pietruszka, seler, , pieprz, sól, mąka pszenna, śmietana 30%, masło 82%, natka)

2. Placuszki z cukinią i sezamem, ziemniaki, groszek z masełkiem

(, mąka pszenna, jaja, sezam, olej rzepakowy, cukinia, sól, pieprz, ziemniaki, groszek zielony, masło 82%)

ŚRODA

1. Zupa ziemniaczana

(ziemniaki, seler, pietruszka, marchewka, mąka pszenna, cebula, czosnek, majeranek, liść laurowy, papryka mielona, sól, pieprz)

2. Makaron penne z pomidorami, serkiem feta i świeżą bazylią

(mąka pszenna, pomidory, cebula, czosnek, olej rzepakowy, świeża bazylia, koncentrat pomidorowy, tymianek, ser feta, parmesan)

CZWARTEK

1. Krupnik z jarzynkami

(wywar z jarzyn, marchewka, pietruszka, cebula, por, seler, kapusta włoska, kasza jęczmienna, sól, pieprz, warzywa suszone, natka pietruszki ,)

2. Tempeh smażony, ziemniaki, surówka z kapusty modrej

(tempeh sojowy, cebula, czosnek, kminek, olej rzepakowy, warzywa suszone, sól, pieprz, ziemniaki ,kapusta czerwona, sok z cytryny, jogurt naturalny)

PIĄTEK

1. Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami

(seler, pietruszka, zakwas z mąki pszennej, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, czosnek, cebula , mąka pszenna, śmietana 30%, ziemniaki, majeranek.)

1. Ryż z prażonymi jabłkami i sosem waniliowym

(ryż, jabłko, cynamon, cukier, jaja, mąka pszenna, śmietana 30%, mleko 2,5%, ekstrakt z wanilii, cukier