

# JADŁOSPIS

04 – 08 GRUDNIA

## PONIEDZIAŁEK

*Krupnik z jarzynkami (250 ml)*  
*Potrąwka z kurczaka z cukinią i pomidorami (100g),*  
*kasza bulgur (120g), surówka porowa (80g)*  
*Kompot z owocami*

## WTOREK

*Zupa brokułowa z zacierką (250 ml)*  
*Kotlet schabowy (100g),*  
*ziemniaki (120g), kapusta zasmażana (80g)*  
*Kompot z owocami*

## SRODA

*Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami (250 ml)*  
*Makaron kokardki z truskawkami,*  
*serkiem mascarpone i śmietanką (280g)*  
*Kompot z owocami*

## CZWARTEK

*Rosół z makaronem (250ml)*  
*Gulasz węgierski z szyneczki (100g),*  
*kluski śląskie (120g), buraczki (80g)*  
*Kompot z owocami*

## PIĄTEK

*Zupa pomidorowa z ryżem (250ml)*  
*Filet z soli w cieście sezamowym (100g), ziemniaki (120g),*  
*marchewka duszona z groszkiem (80g)*  
*Kompot z owocami*

**ŻYCZYMY SMACZNEGO !!!**

Średnia kaloryczność posiłków: ok 850-900 kalorii

## SKŁAD SUROWCÓW I WYKAZ ALERGENÓW DAŃ OBIADOWYCH

### PONIEDZIAŁEK

#### 1. Krupnik z jarzynkami

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

2. Potrawka z kurczaka z cukinią i pomidorami, kaszka bulgur, surówka porowa  
(filet z kurczaka , cebula, mąka pszenna, śmietana 30%, przecier pomidorowy, cukinia, pomidory pellatti, olej rzepakowy, czosnek, pieprz, sól, liść laurowy, ziele angielskie, papryka mielona, kaszka bulgur, kapusta pekińska, pory, jogurt naturalny)

### WTOREK

#### 1. Zupa brokułowa z zacierką

, (wywar z kurczaka, brokuły, cebula, masło 82%, marchewka, cebula, pietruszka, seler, por, pieprz, sól, mąka pszenna , śmietana 30%, natka)

#### 1. Kotlet schabowy, ziemniaki, kapusta zasmażana

(schab wieprzowy, mąka pszenna, , jaja, bułka tarta pszenna, olej rzepakowy, sól, pieprz, ziemniaki , kapusta kiszona, liść laurowy, cebula, ziele angielskie)

### ŚRODA

#### 1. Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami

(buraki, ocet winny, czosnek, marchewka, pietruszka ,seler, cebula, ziemniaki, liść laurowy, liść laurowy, ziele angielskie, , pieprz ziołowy ,sól , jaja, śmietana 30% mąka pszenna)

2. Makaron kokardki z truskawkami i serkiem mascarpone  
(mąka pszenna, ser mascarpone, śmietana 30%, mleko 2,5%, truskawki, cukier)

### CZWARTEK

#### 1. Rosół z makaronem

(wywar z kurczaka i mięsa wołowego, , marchewka, cebula, pietruszka, seler, por , pieprz, sól, mąka pszenna , natka)

#### 2. Gulasz węgierski z szyneczki wieprzowej, kluseczki śląskie, buraczki

(szynka wieprzowa, cebula, marchewka, mąka pszenna, olej rzepakowy, czosnek, papryka czerwona, kminek mielony, śmietana 30%, warzywa suszone, mąka ziemniaczana, pieprz, sól, buraki, ocet winny , jabłka)

### PIĄTEK

#### 1. Zupa pomidorowa z ryżem

, (wywar z kurczaka, marchewka, cebula, pietruszka, seler, pomidory pellatti, koncentrat pomidorowy ,ryż, masło 82%, , por, pieprz, sól, ryż, śmietana 30%, natka)

2. Filet z soli w cieście sezamowym, ziemniaki, marchewka duszona z groszkiem  
(mąka pszenna, filet z soli limandy jaja, mąka pszenna, sezam , olej rzepakowy, , zioła prowansalskie,, pieprz , sól ,ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, groszek, masło 82%)