

JADŁOSPIS od 14.02. do 25.02.2022r

		OBIADY	gramatura	kalorie
1	14.02.2022 PONIEDZIAŁEK	I Danie: Krupnik z kaszą jaglaną na żeberkach z natką pietruszki/wywar warzywny- seler,śmietana 30%,masło,koperek/ II Danie: Naleśniki „Jaś i Małgosia„z serem białym polane musem truskawkowym/ mleko,jaja,mąka pszenna,cukier waniliowy,cukier/ Lizaczki serduszka –Walentyнки Lemoniada/woda,cytryna,pomarańcz,mięta,imbir/	250ml 250g 200ml	119 535 28
2	15.02.22 WTOREK	I Danie: Zupa ogórkowa na skrzydłach z indyka z ryżem brązowym,natką pietruszki/wywar warzywny- seler,śmietana 30%,mleko,koperek/ II Danie: Ziemniaki z masłem Kotlet schabowy/ jaja,mąka,bułka pszenna,przyprawy,olej rzepakowy do smażenia/ Kapusta biała duszona z koperkiem/ masło/ Herbata owocowa/susz herbaty owocowej,cukier/	250ml 180g 100g 100g 200ml	125,17 198 452 93,57 28
3	16.02.22 ŚRODA	I Danie: Zupa ziemniaczana na skrzydłach z indyka z koperkiem/wywar z warzyw- seler,śmietana 30%,mleko,natka pietruszki/ II Danie: Gołąbki w sosie pomidorowym/mięso wieprzowe,ryż,przyprawy, przecier pomidorowy, śmietana 30%,mleko/ Jabłko Kompot owocowy/owoce mrożone,cukier/	250ml 300g 100g 200ml	170,30 420 50 24
4	17.02.22 CZWARTEK	I Danie: Rosół z tartymi kluskami,natką pietruszki/skrzydła z indyka,wywar warzywny- seler,jaja,pszenica,koperek/ II Danie: Ziemniaki puree/ masło,śmietana/ Sztuka mięsa w sosie śmietanowym/filet z indyka, śmietana,mąka pszenna/ Surówka z marchwi i jabłka . Kompot wiśniowy	250ml 180g 150g 100g 200ml	130,4 198 138,93 38,25 24,25
5	18.02.22 PIĄTEK	I Danie: Krem z jarzyn z makaronem literki,natka pietruszki/wywar warzywny- seler,masło,śmietana 30%,koperek,jaja,mąka pszenna/ II Danie: Ziemniaki puree/ masło,śmietana/ Ryba miruna w panierce/ jaja,mleko,mąka,bułka pszenna,olej do smażenia/ Buraczki z chrzanem/ siarczany/ Herbata z miodem,imbirem,cytryną	250ml 180g 100g 100g 200ml	152 198 426 45 22
6	21.02.22 PONIEDZIAŁEK	I Danie: Barszcz biały z grzybami,ziemniakami/ podgrzybki suszone, wędzonka,mleko,śmietana 30%/ Chleb z otrębami II Danie: Spaghetti bolonese z mięsem i sosem pomidorowym/mięso wieprzowe,przyprawy,pulpa pomidorowa,pesto zielone z bazyli,makaron pełnoziarnisty/ Jabłko Herbata z cytryną,miodem	250ml 15g 300g 100g 200ml	249,9 31 392 50 22
7	22.02.2022 WTOREK	I Danie: Zupa pomidorowa na maśle z makaronem muszelki zabelana z koperkiem/wywar warzywny- seler,mleko,natka pietruszki,mąka pszenna// II Danie: Kasza kuskus na sypko Gulasz drobiowy w sosie własnym/filet z kurczaka,cebula,czosnek,mąka pszenna/ Surówka z kapusty pekińskiej/kukurydza,cebula czerwona,oliwa z pestek winogron,papryka czerwona/ Kompot z czarnej porzeczki/owoce mrożone,cukier/	250ml 100g 150g 100g 200ml	115 112 275 275 80 24
8	23.02.2022 ŚRODA	I Danie: Kapuśniak z ziemniakami,natką pietruszki/kapusta kiszona,kiełbasa przecier pomidorowy,przyprawy,mięso wieprzowe/ II Danie: Makaron z białym serem,cukrem/mąka pszenna/ Sałatka owocowa/banan,mandarynka,kiwi,brzoskwinia,pestki słonecznika// Woda mineralna	250ml 300g 100g 200ml	320 326,4 65

9	24.02.2022 CZWARTEK	I Danie: Zupa gulaszowa z ziemniakami/pieczarki,papryka czerwona,żółta, filet z kurczaka,przecier pomidorowy,przyprawy,natka pietruszki/ Chleb wiejski/mąka pszenna,żytnia / II Danie: Ryż zapiekany z jabłkami,cynamonem/ mleko,masło / Jogurt naturalny	250ml 15g 300g 180g	320 31 224 67
10	25.02.2022 PIĄTEK	I Danie: Barszcz czerwony z fasolą,natką pietruszki/wywar warzywny- seler , buraki czerwone,ocet jabłkowy,przyprawy,rosółowe wołowe/ II Danie: Łazanki z kapustą/cebula, jaja ,mąka pszenna ,słonina/ Mandarynka Kompot owocowy/owoce mrożone,cukier/	250ml 300g 100g 200ml	224,85 379 46 24

Kucharka:

Intendent:

Dyrektor:

LEGENDA: wywar warzywno-drobiowy/marchew,pietruszkaseler,porkapusta włoska,skrzydła z indyka,**masło**,żeberka,kura rosółowa,rosółowe wołowe/

składniki alergenne:**seler**/,**meko**,**śmietana**,**jogurt**,**ser**/-laktoza,**jaja**,**ryby**,**produkty pochodne**/zboża,**gluten**/**orzechy**,**soja**,**gorczyca**.

Alergeny wytłuszczone są tłustym drukiem.