

# Jadłospis 10-14.02.2025r



<b>Poniedziałek</b> 10.02.2025	<b>Wtorek</b> 11.02.2025	<b>Środa</b> 12.02.2025	<b>Czwartek</b> 13.02.2025	<b>Piątek</b> 14.02.2025
<b>Pomidorowa z ryżem 200</b>	<b>Zupa krupnik 200</b>	<b>Szczawiowa z jajkiem 200</b>	<b>Zupa grochowa 200</b>	<b>Zupa ogórkowa 200</b>
<b>Pierogi z twarogiem i polewą truskawkową 150</b>	<b>Udko pieczone 250</b>	<b>Klopsik drobiowo- wieprzowy w sosie pomidorowym 100</b>	<b>Kotlety ziemniaczane 180, w sosie pieczarkowym.</b>	<b>Ryba pieczona 250</b>
<b>Jabłko</b>	<b>Ryż 120</b>	<b>Kasza bulgur z</b>	<b>Surówka z czerwonej kapusty z pestkami słonecznika 100</b>	<b>Ziemniaki 140</b>
<b>Woda z cytryną, miodem i miętą</b>	<b>Salata ze szczypiorem i jogurtem 80</b>	<b>Vermicelli 100</b>	<b>Mus owocowy</b>	<b>Surówka z kiszanej kapusty 100</b>
<b>Pieczyno</b>	<b>Mandarynka</b>	<b>Salatka z buraczków i żurawiną 100</b>	<b>Kompot, Woda</b>	<b>Jabłko</b>
	<b>Pieczyno</b>	<b>Gruszka</b>	<b>Pieczyno</b>	<b>Woda z cytryną, miodem i miętą</b>
		<b>Woda z cytryną i miodem</b>		<b>Pieczyno</b>
		<b>Pieczyno</b>		

# Jadłospis 10-14.02.2025r



## Skład poszczególnych dań zamieszczonych w jadłospisie oraz zawartość *alergenów*

<b>ZUPA POMIDOROWA Z RYZEM</b>	Marchew , <b>seler</b> , pietruszka, por, przecier pomidorowy, ryż pełnoziarnisty,, olej rzepakowy, <b>śmietana 30% masło</b> , przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, natka , koperek,
<b>ZUPA KRUPNIK</b>	Kasza jaglana 5g, marchew 20g, <b>seler 5g</b> , pietruszka5g, por 2g, cebula 5g, ziemniaki 65g, olej rzepakowy 1, przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, koperek, lubczyk, przyprawa warzywna (sól morską, warzywa suszone (40%): marchew, cebula, ziemniak, <b>korzeń selera</b> , czosnek, korzeń i natka pietruszki, korzeń lubczyku, por, kapusta, papryka słodka, pomidor, pasternak; kurkuma, pieprz czarny, oliwa z oliwek najwyższej jakości z pierwszego tłoczenia)
<b>ZUPA SZCZAWIOWA Z JAJKIEM</b>	Marchew20g, <b>seler 5g</b> , pietruszka 5g, por 2g, szczaw konserwowy 10, ziemniaki60g, <b>jajko 6g</b> , czosnek 1g, cebula 2g, <b>masło 1 g</b> , olej rzepakowy 1g, <b>śmietana 18% 5g</b> , przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, koperek przyprawa warzywna (sól morską, warzywa suszone (40%): marchew, cebula, ziemniak, <b>korzeń selera</b> , czosnek, korzeń i natka pietruszki, korzeń lubczyku, por, kapusta, papryka słodka, pomidor, pasternak; kurkuma, pieprz czarny, oliwa z oliwek najwyższej jakości z pierwszego tłoczenia)
<b>ZUPA GROCHOWA</b>	Marchew 20g, <b>seler 5g</b> , pietruszka 5g, por 2g, cebula 1g, ziemniaki 60g, olej rzepakowy 1, groch połówki 12g, czosnek 1, przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, koperek , lubczyk, majeranek, przyprawa warzywna( (sól morską, warzywa suszone (40%): marchew, cebula, ziemniak, <b>korzeń selera</b> , czosnek, korzeń i natka pietruszki, korzeń lubczyku, por, kapusta, papryka słodka, pomidor, pasternak; kurkuma, pieprz czarny, oliwa z oliwek najwyższej jakości z pierwszego tłoczenia)
<b>ZUPA OGÓRKOWA</b>	Marchew 20, seler 5, pietruszka 5, por 2, ogórki kwaszone(ogórki, przyprawy, zalewa) 12, czosnek 1, cebula 2, ziemniaki 65, olej rzepakowy 1, <b>masło 1</b> , <b>śmietana 30%2</b> , przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, koperek, lubczyk, przyprawa warzywna (marchew, pasternak, cebula, pietruszka, bazylią, majeranek, rozmaryn, cząber, mięta, tymianek, oregano, czosnek, lubczyk, kurkuma)
<b>PIEROGI Z TWAROGIEM I POLEWĄ TRUSKAWKOWĄ</b>	<b>ser twarogowy (44%)</b> , <b>mąka pszenna</b> , woda, cukier, cukier wanilinowy, <b>jaja.</b> , sól cukier, truskawki, <b>jogurt naturalny</b> , <b>śmietana 18%</b>
<b>UDKO PIECZONE</b>	Podudzie z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy: sól, pieprz ziołowy, pieprz naturalny, papryka słodka, czosnek, kolendra

# Jadłospis 10-14.02.2025r



<b>KLOPSIK DROBIOWO WIEPRZOWY W SOSIE POMIDOROWYM</b>	Filet z kurczaka 100 g, <i>jaja6g, bulka tarta 4g, bulka pszenna2g, mąka pszenna 1,5g, seler 3g</i> , pietruszka 3g, marchewka 7g, <i>przecier pomidorowy</i> 30g przyprawy: sól, pieprz ziołowy, papryka słodka, przyprawa warzywna (marchew, pasternak, cebula, pietruszka, bazylia, majeranek, rozmaryn, cząber, mięta, tymianek, oregano, czosnek, lubczyk, kurkuma)
<b>KOTLETY ZIEMNACZANE W SOSIE PIECZARKOWYM</b>	Ziemniaki180, mąka ziemniaczana 20, <i>jaja 7, bulka tarta(mąka pszenna, woda, drożdże, sól) 10</i> , olej rzepakowy 5, pieczarki 20, marchew 4, pietruszka 2,5, <i>seler 2,5, śmietana 30% 2,5, mąka pszenna 1</i> , przyprawy: sól, pieprz naturalny, pieprz ziołowy
<b>RYBA PIECZONA PANIEROWANA</b>	<i>Ryba miruna100, jaja5, mąka pszenna2, bulka tarta 2 (mąka pszenna, woda, drożdże, sól)</i> , olej rzepakowy7, cytryna, przyprawy: pieprz cytrynowy, sól, pieprz ziołowy, pieprz czarny, przyprawa do ryb, przyprawa do ryb (pieprz biały, czosnek granulowany, bazylia, <i>gorczyca</i> , tymianek)
<b>SAŁATA ZE SZCZYPIOREM I JOGURTEM</b>	Sałata 70, szczypior 10, <i>jogurt naturalny 5</i> , sól
<b>SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY I PESTKAMI SŁONECZNIKA</b>	Kapusta czerwona 60g, jabłko 8g ,cebulą 4g , pestki słonecznika3, <i>śmietana 18% 2,5g, jogurt naturalny 2,5g</i> , oliwa z oliwek 1g, cytryna, miód musztarda (woda, gorczyca, ocet, cukier ,sól syrop palonego cukru), przyprawy sól, cukier, pieprz
<b>SAŁATKA Z BURACZKÓW I ŻURAWINĄ</b>	Buraki 40, żurawina 50, olej rzepakowy 3, sól, cukier, pieprz naturalny
<b>MUS OWOCOWY</b>	Jabłka 64%, dynia 18%, banan 18%, witamina C
<b>SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY</b>	Kapusta kiszona, marchewka, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, cukier, pieprz czarny
<b>ZIEMNIAKI</b>	Ziemniaki 140 , sól
<b>RYŻ</b>	Ryż 120, sól
<b>KASZA BULGUR Z VERMICELLI</b>	<i>Kasza bulgur, vermicelli</i> , woda, olej rzepakowy 2, sól
<b>KOMPOT OWOCOWY</b>	Mieszanka kompotowa 3g Śliwka 2g, agrest 1g, czarna porzeczka 2g, truskawka 2g, jabłko 9g, cukier 4g
<b>WODA Z CYTRYNĄ</b>	Woda, cytryna
<b>WODA Z MIĘTĄ, CYTRYNĄ I MIODEM</b>	Woda, mięta 1 , cytryna 5, miód 3
<b>CHLEB WIEJSKI</b>	<i>Mąka pszenna , mąka żytnia</i> , woda, drożdże, sól
<b>CHLEB ZE SŁONECZNIKIEM</b>	<i>Mąka żytnia razowa</i> , woda, słonecznik 15%, sól
<b>CHLEB RAZOWY</b>	<i>Mąka żytnia</i> , woda, drożdże, sól