



JADŁOSPIS 04-12.12.2023

PONIEDZIAŁEK 04.12.2023	WTOREK 05.12.2023	ŚRODA 06.12.2023	CZWARTEK 07.12.2023	PIĄTEK 08.12.2023
Zupa z soczewicą 200 Makaron z kurczakiem i szpinakiem 250 Jabłko Kompot owocowy Woda z cytryną Pieczywo	Ogórkowa 200 Kotlet mielony drobiowy z natką pietruszki 90 Ziemniaki 140 Surówka z marchewki i jabłka 100 Sok owocowy Woda z cytryną Pieczywo	Krupnik z kaszą jaglaną 200 Pierogi z serem i polewą truskawkową 250 Mikołaj czekoladowy Woda z cytryną, miętą i miodem Pieczywo	Jarzynowa 200 Polędwiczki w sosie własnym 120 Kasza bulgur z vermicelli 120 Sałatka z buraczków 100 Banan Kompot owocowy Woda Pieczywo	Rosół z makaronem 200 Ryba miruna panierowana 100 Ziemniaki 140 Surówka z kiszonej kapusty 100 Mandarynka Woda z cytryną Pieczywo

Skład poszczególnych dań zamieszczonych w jadłospisie oraz zawartość *alergenów*

JARZYNOWA

Mieszanka jarzynowa 70g (Marchew, *seler*, pietruszka, por, kalafior, brokuł, groszek zielony, fasolka szparagowa) przecier pomidorowy 4g, *śmietana 18% 2g*,



JADŁOSPIS 04-12.12.2023

	<i>masło 1g</i> ,przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, przyprawa warzywna(sól morską, warzywa suszone (40%): marchew, cebula, ziemniak, korzeń selera , czosnek, korzeń i natka pietruszki, korzeń lubczyku, por, kapusta, papryka słodka, pomidor, pasternak; kurkuma, pieprz czarny, oliwa z oliwek najwyższej jakości z pierwszego tłoczenia)
ZUPA Z SOCZEWICĄ	Marchew 20g, seler 5g , pietruszka 5g, por 2g, cebula 1g, ziemniaki 60g, olej rzepakowy 1, soczewica czerwona 12g, czosnek przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, koperek, lubczyk, majeranek, przyprawa warzywna (sól morską, warzywa suszone (40%): marchew, cebula, ziemniak, korzeń selera , czosnek, korzeń i natka pietruszki, korzeń lubczyku, por, kapusta, papryka słodka, pomidor, pasternak; kurkuma, pieprz czarny, oliwa z oliwek najwyższej jakości z pierwszego tłoczenia)
OGÓRKOWA	Marchew 20, seler 5 , pietruszka 5, por 2, ogórki kwaszone(ogórki, przyprawy, zalewa) 12, czosnek 1, cebula 2, ziemniaki 65, olej rzepakowy 1, masło 1, śmietana 30%2 , przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, koperek, lubczyk, przyprawa warzywna (sól morską, warzywa suszone (40%): marchew, cebula, ziemniak, korzeń selera , czosnek, korzeń i natka pietruszki, korzeń lubczyku, por, kapusta, papryka słodka, pomidor, pasternak; kurkuma, pieprz czarny, oliwa z oliwek najwyższej jakości z pierwszego tłoczenia)
KRUPNIK Z KASZĄ JAGLANĄ	Kasza jaglana 6 , marchew 20, seler 5 , pietruszka 5, por 2, cebula 5, ziemniaki 65, olej rzepakowy 1, masło 1 , przyprawy: liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, koperek suszony, lubczyk, przyprawa warzywna (marchew, pasternak, cebula, pietruszka, bazylija, majeranek, rozmaryn, cząber, mięta, tymianek, oregano, czosnek, lubczyk, kurkuma)
ROSÓŁ Z MAKARONEM	Czwartka z kurczaka 10, porcje rosółowe 20g, makaron (semolina z pszenicy twardej, woda) 16g, marchew 20g, seler 6g , pietruszka 6 g, cebula 3g, czosnek 2 g, natka pietruszki, przyprawy: : liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz ziołowy, pieprz naturalny, kurkuma
KOTLET MIELONY DROBIOWY	filet z kurczaka 100, olej rzepakowy 16, bułka tarta 8, jaja 4, bułka pszenna 2g , natka pietruszki, cebula, czosnek, przyprawy: sól, pieprz ziołowy, przyprawa warzywna(marchew, pasternak, cebula, pietruszka, bazylija, majeranek, rozmaryn, cząber, mięta, tymianek, oregano, czosnek, lubczyk, kurkuma), PRZYPRAWA DO MIĘS MIELONYCH : pieprz czarny, czosnek granulowany, gałka muszkatołowa, papryka słodka, majeranek
MAKARON Z KURCZAKIEM I SZPINAKIEM	Makaron (mąka makaronowa pszenna.) 40, pierś z kurczaka 60, śmietana 18% 5, śmietana 30% 5, serek mascarpone 5 , szpinak 3, czosnek 2, cebula 3 sól, curry, pieprz naturalny,
PIEROGI Z TWAROGIEM I POLEWĄ TRUSKAWKOWĄ	ser twarogowy (44%), mąka pszenna , woda, cukier, cukier wanilinowy, jaja. , sól cukier, truskawki, jogurt naturalny, śmietana 18%
POLĘDWICZKI WIEPRZOWE W SOSIE WŁASNYM	Polędwiczki wieprzowe 100, sól, pieprz, czosnek, przyprawa do mięsa (papryka słodka mąka pszenna , cukier, cebula, czosnek, pomidor, papryka ostra, tymianek, rozmaryn natka pietruszki, majeranek, oregano), mąka ziemniaczana 2
RYBA MIRUNA PANIEROWANA	Ryba miruna 100, jaja 5, mąka pszenna 2, bułka tarta 2 (mąka pszenna , woda, drożdże, sól), olej rzepakowy 7, cytryna, przyprawy: pieprz cytrynowy, sól, pieprz ziołowy, pieprz czarny, przyprawa do ryb, przyprawa do ryb (pieprz biały, czosnek granulowany, bazylija, gorczyca, tymianek)



JADŁOSPIS 04-12.12.2023

SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA	Marchew 80, jabłko 20, <i>śmietana 18% 3</i> , <i>jogurt naturalny 2</i> , sól, cukier, pieprz naturalny
SAŁATKA Z BURACZKÓW	Buraki 40, jabłko 50, olej rzepakowy 3, sól, cukier, pieprz naturalny
SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY	Kapusta kiszona 40, jabłko 30, marchewka 20, cebula 5 natka pietruszki, olej rzepakowy, sól, cukier, pieprz naturalny
KASZA BULGUR Z VERMICELL	<i>Kasza bulgur z vermicelli 60</i> , olej rzepakowy 3, sól
SOK OWOCOWY	Sok z mandarynek z zagęszczonego soku z mandarynek.
ZIEMNIAKI	Ziemniaki 140, woda, sól
KOMPOT OWOCOWY	Mieszanka kompotowa 3, czarna porzeczka 2, wiśnia 2, truskawka 2, jabłko 20, cukier 3
WODA Z CYTRYNĄ	Woda, cytryna
WODA Z MIĘTĄ, CYTRYNĄ I MIODEM	Woda, mięta, cytryna, miód naturalny 2
MIKOŁAJ Z CZEKOLADY	cukier, tłuszcz kakaowy, miazga kakaowa, <i>mleko w proszku pełne</i> , <i>mleko w proszku odtłuszczone</i> , <i>serwatka w proszku (z mleka)</i> , <i>tłuszcz roślinny</i> (palmowy, Shea), <i>tłuszcz mleczny</i> , <i>emulgatory: lecytyny (z soi)</i> , E 476, aromat, Masa kakaowa minimum 25%, Oprócz tłuszczu kakaowego zawiera tłuszcze roślinne
CHLEB WIEJSKI	<i>Mąka pszenna T750</i> , <i>mąka żytnia T720</i> , woda, drożdże, sól
CHLEB ZE SŁONECZNIKIEM	<i>Mąka żytnia razowa T2000</i> , woda, słonecznik 15%, sól
CHLEB ŻYJNI	<i>Mąka żytnia</i> , T720, woda, sól