

Jadłospis nr 3

Obiad	Podwieczorek	Alergeny
<p>Poniedziałek Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml (gotowanie) Wywar mięso-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, koncentrat pomidorowy, makaron nitki z pszenicy durum, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, cukier lubczyk, natka pietruszki świeża) Pieczywo mieszane 50g Leczo drobiowe z nutą bazylii 150 g (grillowanie-gotowanie) cebula, filet z indyka, papryka, cukinia, koncentrat pomidorowy, marchew, mąka, pomidory pelatii, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, czosnek granulowany, papryka słodka, lubczyk, bazylia) Kasza bul gur 150g Sałatka szwedzka 100g ogórek kiszony, marchew, cebula, przyprawy (cukier, olej słonecznikowy) Kompot Wiśniowy 200ml wiśnia mrożona, cukier</p>	<p>Grahamka(50g) z masłem(5g) połędwicą drobiową(20g) i serem żółtym(20g) sałata, papryka ogórek(70g) Kakao(200ml)</p>	<p>Mleko, Seler, Gluten</p>
<p>Wtorek Zupa pieczarkowa 250 ml (gotowanie) Wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka pieczarki, ziemniaki, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, lubczyk, papryka słodka, natka pietruszki świeża), Pieczywo mieszane 50 g Chrupiący udziec z kurczaka 1p (pieczenie) udziec z kurczaka, przyprawy (papryka słodka, papryka ostra, tymianek, pieprz, sól) olej rzepakowy Ziemniaki z koperkiem 150g (ziemniaki, koperek świeży) Marchew duszona z groszkiem 100g marchew, groszek, mąka pszenna, przyprawy (sól, pieprz, cukier) Kompot Porzeczkowy 200 ml porzeczka mrożona, cukier</p>	<p>Naleśniki z serem i śmietanką waniliową(150g) Herbatka malinowa(200ml)</p>	<p>Mleko, Seler, Jaja, Gluten</p>
<p>Środa Zupa fasolowa 250 ml (gotowanie) wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, fasola perłowa, ziemniaki, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, majeranek, lubczyk, natka pietruszki świeża) Pieczywo pełnoziarniste 50 g Frykadela pieczona z szynką w sosie cygańskim 80g/50g łopatka wieprzowa, ryż, jaja z chowu ściółkowego, szynka wieprzowa konserwowa, bułka poznańska, cebula, mąka, papryka, koncentrat pomidorowy, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, przyprawy (sól, pieprz, czosnek granulowany, natka pietruszki, papryka słodka) Makaron penne 100g (makaron penne, sól) Surówka z rzodkwi soppelkowej i marchwi 100g rzodkiew biała, marchew, majonez, sól, pieprz Kisiel malinowy 200 ml kisiel malinowy, cukier, woda</p>	<p>bułeczka musli (50g) z masłem (5g) serem żółtym(40g) sałata, ogórek, pomidor (70g) Herbatka z cytrynką(200ml)</p>	<p>Mleko, Seler, Jaja, Gluten</p>
<p>Czwartek Zupa Barszcz czerwony 250ml (gotowanie) wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, ziemniaki, buraki, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, lubczyk, natka pietruszki świeża) Pieczywo mieszane 50g Soczysty filet po parysku w sosie ala beszamelowym 80g/50g (grillowanie) filet z kurczaka, jajka z chowu ściółkowego, przyprawy (sól, pieprz, tymianek, gałka muszkatołowa, czosnek granulowany) mąka, mleko Ryż z masłem 150g ryż paraboiled, masło, sól Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i sosem winegret 100g Kapusta pekińska, ogórek, olej rzepakowy, musztarda, sól, pieprz, natka pietruszki suszona, bazylia, oregano) Kompot Wielowocowy 200ml (mieszanka wielowocowa, cukier)</p>	<p>Ryż zapiekany z jabłkami i sosem waniliowym(150g) Herbatka malinowa(200ml)</p>	<p>Mleko, Seler, Jaja, Gluten</p>
<p>Piątek Zupa Krupnik ryżowy 250 ml (gotowanie) wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, ryż, ziemniaki, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, lubczyk, natka pietruszki świeża) Pieczywo mieszane 50g Żłocisty filet z dorsza 80g filet z dorsza, bułka tarta, mąka, olej rzepakowy, jaja z chowu ściółkowego, przyprawy (sól, pieprz, czosnek granulowany, oregano, kurkuma) Ziemniaki puree 150g Surówka z kapusty kiszonej 100g (kapusta kiszona, marchew, cebula, olej rzepakowy, cukier, sól, pieprz, pieprz ziołowy) Kompot Truskawkowy 200ml Deser: Banan 120g</p>	<p>Bułeczka musli (50g) z masłem(5g) i pastą jajeczną z koperkiem (50g)sałata, rzodkiewka(70g) Herbatka z cytryną(200ml)</p>	<p>Mleko, Seler, Jaja, Gluten ryba</p>