

# Jadłospis nr 4

## Obiad

## Podwieczorek

## Alergeny

<p><b>Poniedziałek</b>  <b>Zupa szczawiowa z jajkiem 250ml</b> (gotowanie)wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, szczaw ziemniaki, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, lubczyk, czosnek granulowany, natka pietruszki świeża)  <b>Pieczycwo pełnoziarniste 50g</b>  <b>Sos boloński z mięsem 150g</b> mięso łopatka wp, koncentrat pomidorowy, pomidory pelleti, papryka, cebula, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, mąka, przyprawy (sól, pieprz, czosnek, tymianek, oregano, papryka słodka) olej rzepakowy  <b>Makaron Spaghetti 150g</b>  <b>Jabłko 180g</b>  <b>Kisiel wiśniowy 200 ml</b> wiśnia mrożona, cukier mąka ziemniaczana</p>	<p><b>Bułeczka(50g) z masłem(5g), polędwicą(20g) i serem żółtym (20g) sałata, papryka, ogórek (70g)</b>  <b>Herbata z cytryną(200ml)</b></p>	<p>Mleko,  Seler,  Jaja,  gluten</p>
<p><b>Wtorek</b>  <b>Zupa Żurek z kielbaską 250 ml</b> (gotowanie)Wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, żurek - zakwas, kielbasa śląska, ziemniaki, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, majeranek, lubczyk, natka pietruszki świeża)  <b>Pieczycwo mieszane 50 g</b>  <b>Zwijka podlaska w sosie koperkowym 80g/50g</b> (pieczenie/duszenie) filet z kurczaka, pieczarki, cebula, bułka tarta, jaja z chowu ściółkowego, mąka pszenna, koper świeży, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, lubczyk, czosnek, kurkuma)  <b>Kasza bulgur (kasza bulgur, sól) 150g</b>  <b>Surówka kolorowa 100g</b> kapusta biała, jabłka, marchew, koperek świeży, majonez, sól, pieprz, pieprz ziołowy  <b>Kompot Śliwkowy 200 ml</b> śliwka połówki mrożona, cukier</p>	<p><b>Kasza manna z sokiem malinowym (150g)</b>  <b>Kompot wieloowocowy (200ml)</b>  <b>Banan ok. 120g</b></p>	<p>Mleko,  Seler,  Jaja,  gluten</p>
<p><b>Środa</b>  <b>Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml</b> (gotowanie ) wywar mięsno warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, cebula, ,koncentrat pomidorowy, makaron , śmietana, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, kurkuma, lubczyk, bazylija, czosnek, papryka słodka, koper świeży)  <b>Pieczycwo pełnoziarniste 50 g</b>  <b>Tradycyjny schabowy 80g</b> (smażenie) schab, bułka tarta, jaja z chowu ściółkowego, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy (sól, pieprz, czosnek granulowany)  <b>Ziemniaki z koperkiem 150g</b> (ziemniaki , koper świeży , sól )  <b>Bukiet warzyw 100g</b> brokuł, kalafior, marchewka, masło, bułka tarta, sól  <b>Kompot porzeczkowy 200ml</b> (porzeczka mrożona , cukier )<b>200 ml</b></p>	<p><b>Zupa owocowa (250ml)</b>  <b>Bułeczka drożdżowa domowa(70g)</b></p>	<p>Mleko,  Seler,  Jaja,  gluten</p>
<p><b>Czwartek</b>  <b>Kapuśniak mazurski 250 ml</b> (gotowanie) wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka ziemniaki, kapusta kiszona, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, pieprz ziołowy, koper świeży, czosnek granulowany) pieczywo mieszane  <b>Pieczycwo mieszane 50 g</b>  <b>Babka ziemniaczana kielbaską w sosie pieczarkowym 250g/50g</b> (własnej produkcji, pieczenie) ziemniaki, mąka pszenna, kielbaska śląska, olej rzepakowy, mleko 3,2%, cebula, pieczarki, śmietana, przyprawy (sól, pieprz, majeranek)  <b>Salatka z ogórka i papryki 100g</b> ogórek kiszony, papryka świeża, cebula, marchew, cukier, olej słonecznikowy, pieprz  <b>Kisiel Truskawkowy 200 ml</b> truskawka mrożona, cukier, woda , skrobia ziemniaczana</p>	<p><b>Serek waniliowy (150g)</b>  <b>Drożdżówka domowa (70g)</b>  <b>Kompot porzeczkowy(200ml)</b></p>	<p>Mleko,  Seler,  Jaja,  gluten</p>
<p><b>Piątek</b>  <b>Zupa ziemniaczana z fasolką szparagową 250ml</b> (gotowanie)wywar mięsno-warzywny (kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, liść laurowy, ziele angielskie) marchew, seler, pietruszka, cebula, ziemniaki ,fasolka szparagowa cięta, śmietana, przyprawy (sól, pieprz ziołowy, lubczyk, czosnek granulowany, kurkuma,  <b>Pieczycwo pełnoziarniste 50g</b>  <b>Dorsz w sosie greckim 80g/50g</b> (duszenie) filet z dorsza, bułka tarta, jaja z chowu ściółkowego, olej rzepakowy, marchew, seler, pietruszka (sól pieprz, czosnek, natka pietruszki  <b>Ziemniaki z koperkiem 150g</b> (ziemniaki , koper świeży ,sól)  <b>Surówka z pora 100g</b> marchew, por, olej rzepakowy, śmietana, sól, pieprz  <b>Kompot wieloowocowy 200ml</b>( mieszanka wieloowocowa, cukier)  <b>Deser –Śliwka 100g</b></p>	<p><b>Budyń z owocami (150g)</b>  <b>Drożdżówka z kruszonką (50g)</b></p>	<p>Mleko,  Seler,  Jaja,  Gluten  ryba</p>