Jadłospis obowiązujący od 12.12.2022r. do 16.12.2022r.

**Spis treści**

[Jadłospis obowiązujący od 12.12.2022r. do 16.12.2022r. 2](#_Toc98739728)

[Poniedziałek 12.12.2022 2](#_Toc98739729)

[Zupa kapuśniak z młodej kapusty 2](#_Toc98739730)

[Kasza jeczmienna z gulaszem, wafelek musli 2](#_Toc98739731)

[Kompot 2](#_Toc98739732)

[Wtorek 13.12.2022 3](#_Toc98739733)

[Zupa fasolowa 3](#_Toc98739734)

[Ziemniaki, mielone, surówka buraczki 3](#_Toc98739735)

[Kompot 3](#_Toc98739736)

[Środa 14.12.2022 4](#_Toc98739737)

[Zupa kalafiorowa 4](#_Toc98739738)

[Ryz, sos beszamelowy, warzywa na parze 4](#_Toc98739739)

[Kompot 4](#_Toc98739740)

[Czwartek 15.12.2022 5](#_Toc98739741)

[Zupa ogórkowa 5](#_Toc98739742)

[Makaron ze szpinakiem, banan 5](#_Toc98739743)

[Kompot 5](#_Toc98739744)

[Piątek 16.12.2022 6](#_Toc98739745)

[Zupa dyniowa krem 6](#_Toc98739746)

[Ziemniaki, ryba, surówka z kapusty kiszonej 6](#_Toc98739747)

[Kompot 6](#_Toc98739748)

[Legenda ( objaśnienia ): 6](#_Toc98739749)

# Jadłospis obowiązujący od 12.12.2022r. do 16.12.2022r.

## Poniedziałek 12.12.2022

### Zupa kapuśniak z młodej kapusty

Składniki:

* Porcja rosołowa, marchewka, pietruszka, **seler**, ziemniaki, por, młoda kapusta, mąka **(gluten pszenny),** sól, pieprz

### Kasza jęczmienna z gulaszem, wafelek musli

Składniki:

* Kasza jęczmienna **(gluten jęczmienny),** sól, mięso wieprzowe, pieprz, mąka **(gluten pszenny)**

### Kompot

Składniki:

* truskawka

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

* zupa :400 ml
* kasza: 150 g
* gulasz: 250 g
* kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* zupa :250 ml
* kasza: 100 g
* gulasz: 150 g
* kompot: 220 ml

## Wtorek 13.12.2022

### Zupa fasolowa

Składniki:

* kurczak, marchewka, pietruszka, **seler**, ziemniaki, fasola Jaś, mąka **(gluten pszenny)**, sól, pieprz

### Ziemniaki, mielony, surówka buraczki

Składniki:

* ziemniaki, sól
* mięso z łopatki, **jajka**, bułka tarta **(gluten pszenny),** sól, pieprz, olej,
* buraczki, cebula, sól, pieprz

### Kompot

Składniki:

* wiśnia

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa : 400 ml
* Ziemniaki: 150 g
* Mielony: 100 g
* Surówka: 150 g
* Kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa : 250 ml
* Ziemniaki: 100 g
* Mielony: 80 g
* Surówka: 100 g
* Kompot: 220 ml

## Środa 14.12.2022

### Zupa kalafiorowa

Składniki:

* ziemniaki, marchewka, pietruszka, **seler**, porcja rosołowa, por, kalafior, mąka(**gluten pszenny**), sól, pieprz

### Ryż, sos beszamelowy, warzywa na parze

Składniki:

* ryż, sól
* mięso drobiowe, sól, gałka muszkatołowa, margaryna **(mleko),** śmietana **(mleko),** mąka **(gluten pszenny),**
* marchewka, kalafior, brokuł

### Kompot

Składniki:

* truskawka

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa : 400 ml
* Ryż: 150 g
* Sos: 200 g
* Warzywa:150 g
* Kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa : 250 ml
* Ryz: 100 g
* Sos: 150 g
* Warzywa: 100 g
* Kompot: 220 ml

## Czwartek 15.12.2022

### Zupa ogórkowa

Składniki:

* Porcja rosołowa, marchewka, pietruszka, **seler**, ziemniaki, ogórki kiszone **(gorczyca),** śmietana 12% **(mleko),** sól, pieprz

### Makaron ze szpinakiem, banan

Składniki:

* Filet z kurczaka, makaron **(gluten pszenny),** szpinak, margaryna **(mleko),** śmietana 30% **(mleko),** sól, pieprz

### Kompot

Składniki:

* wiśnia

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa : 400 ml
* Makaron: 350 g
* Kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa : 250 ml
* Makaron: 275 g
* Kompot: 220 ml

## Piątek 16.12.2022

### Zupa krem z dyni

Składniki:

* porcja rosołowa, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, dynia sól, pieprz

### Ziemniaki, ryba, surówka z kapusty kiszonej

Składniki:

* ziemniaki, sól
* **ryba**, **jajka**, bułka tarta **(gluten pszenny)** sól, pieprz
* kapusta kiszona, marchewka, cebula, sól, pieprz, olej

### Kompot

Składniki:

* truskawka

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa : 400 ml
* Ziemniaki: 150 g
* Ryba: 120 g
* Surówka: 150 g
* Kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa : 250 ml
* Ziemniaki: 100 g
* Ryba: 100 g
* Surówka: 100 g
* Kompot: 220 ml

## Legenda ( objaśnienia ):

1. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem
2. Ilość cukru trzcinowego: 6 g w 220 ml kompotu
3. Majonez\*żółtko, jajka, ocet musztarda, olej rzepakowy ,sól ,cukier, przyprawa, przeciwutleniacz, E385, regulator kwasowości
4. Jadłospis może ulec zmianie