Jadłospis obowiązujący od 09.01.2023r. do 13.01.2023r.

**Spis treści**

[Jadłospis obowiązujący od 09.01.2023r. do 13.01.2023 2](#_Toc113020168)

[PONIEDZIAŁEK 09.01.2023 2](#_Toc113020169)

[Zupa koperkowa 2](#_Toc113020170)

[Ryż,pulpety w sosie pomidorowym 2](#_Toc113020171)

[Kompot 2](#_Toc113020172)

[WTOREK 10.01.2023 3](#_Toc113020173)

Zupa fasolowa [3](#_Toc113020174)

Ziemniaki, devolay pieczony [3](#_Toc113020175)

[Kompot 3](#_Toc113020176)

[ŚRODA 11.01.2023 4](#_Toc113020177)

[Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty 4](#_Toc113020178)

[Bułki na parze z sosem truskawkowym 4](#_Toc113020179)

[Kompot 4](#_Toc113020180)

[CZWARTEK 12.01.2023 5](#_Toc113020181)

Zupa ogórkowa [5](#_Toc113020182)

[Makaron z chińszczyzną 5](#_Toc113020183)

[Kompot 5](#_Toc113020184)

PIĄTEK 13.01.2023 [6](#_Toc113020185)

Zupa dyniowa krem [6](#_Toc113020187)

Ziemniaki, ryba duszona [6](#_Toc113020188)

Kompot [6](#_Toc113020189)

# Jadłospis obowiązujący od 09.01.2023r. do 13.01.2023r.

## Poniedziałek 09.01.2023

### Zupa koperkowa

Składniki:

* mięso z kurczaka, ziemniaki, marchewka, pietruszka, por, **seler**, koper,
* por, śmietana30%**(mleko)** sól, pieprz

Ryż, pulpety w sosie pomidorowym, mandarynka

Składniki:

* ryż, łopatka mielona, bułka tarta(**gluten pszenny), jajka,** cebula, koncentrat
* pomidorowy, mąka**(gluten pszenny),** sól, pieprz

### Kompot

Składniki:

* truskawka

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa: 400ml
* Ryż: 150 g
* Pulpety: 200g
* Kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa: 250ml
* Ryż: 100 g
* Pulpety:150g
* Kompot: 220 ml

## Wtorek 10.01.2023

### Zupa fasolowa

Składniki:

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

### Ziemniaki, devolaj pieczony, marchew gotowana

Składniki:

* ziemniaki, filet z kurczaka, ser**(mleko), jajka**, olej, sól,
* pieprz, bułka tarta**(gluten pszenny)**
* marchew

### Kompot

Składniki:

* czarna porzeczka

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

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

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

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

## Środa 11.01 .2023

### Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty

Składniki:

* porcja rosołowa, marchewka, por, **seler**, ziemniaki,
* mąka**(gluten pszenny)** kiszona kapusta, sól, pieprz

### Bułki na parze z sosem truskawkowym, marchew

Składniki:

* parowce**(gluten pszenny),** śmietana18%**(mleko)**
* truskawka mrożona, cukier trzcinowy,
* marchew, sok z cytryny

### Kompot

Składniki:

* wiśnia

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa : 400ml
* Bułka: 150 g
* Surówka :150g
* Kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa : 250ml
* Bułka : 100g
* Surówka: 100 g
* Kompot: 220 ml

## Czwartek 12.01.2023

### Zupa ogórkowa

Składniki:

* porcja rosołowa, marchewka, pietruszka, **seler,** ziemniaki,
* ogórek kiszony**(gorczyca),** śmietana 30%
* sól, pieprz

### Makaron z chińszczyzną

Składniki:

* filet z kurczaka, warzywa chińskie
* curry, sól, makaron**(gluten pszenny**)

### Kompot

Składniki:

* śliwka

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa : 400 ml
* Makaron: 200 g
* Kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa : 250 ml
* Makaron: 100 g
* Kompot: 220 ml

Piątek 15.05.2023

Zupa dyniowa krem

Składniki:

* Porcja rosołowa, marchewka, pietruszka, **seler**, dynia, sól, pieprz
* ziemniaki, **ryba** duszona kiszone ogórki

Ziemniaki, ryba duszona, surówka z kiszonych ogórków

Składniki:

* ziemniaki, **ryba**, **jajka**, sól, pieprz, ogórek kiszony**(gorczyca),**cebula, marchew
* sól, pieprz

Kompot:

Składniki:

* truskawka

Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa: 400ml
* Ziemniaki: 150g
* Ryba:120g
* Surówka: 100g
* Kompot: 220ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

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

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