Jadłospis obowiązujący od 13.03.2023r. do 17.03.2023r.

**Spis treści**

[Jadłospis obowiązujący od 13.03.2023r. do 17.03.2023 2](#_Toc113020168)

[Poniedziałek 13.03.2023 2](#_Toc113020169)

[Zupa krupnik 2](#_Toc113020170)

[Kasza jeczmnienna z gulaszem 2](#_Toc113020171)

[Kompot 2](#_Toc113020172)

[Wtorek 14.03.2023 3](#_Toc113020173)

Zupa jarzynowa [3](#_Toc113020174)

Ziemniaki, kotlet mielony [3](#_Toc113020175)

[Kompot 3](#_Toc113020176)

[Środa 15.03.2023 4](#_Toc113020177)

[Zupa ogórkowa 4](#_Toc113020178)

[Bułki na parze 4](#_Toc113020179)

[Kompot 4](#_Toc113020180)

[Czwartek 16.03.2023 5](#_Toc113020181)

Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty [5](#_Toc113020182)

[Ryż ,sos beszmelowy 5](#_Toc113020183)

[Kompot 5](#_Toc113020184)

Piątek 17.03.2023 [6](#_Toc113020185)

Zupa dyniowa krem [6](#_Toc113020187)

Ziemniaki paluszki rybne [6](#_Toc113020188)

Kompot [6](#_Toc113020189)

# Jadłospis obowiązujący od 13.03.2023r. do 17.03.2023r.

## Poniedziałek 13.03.2023

### Zupa krupnik

Składniki:

* porcja rosołowa, ziemniaki, marchewka, pietruszka, **seler**
* kasza jęczmienna**(gluten jęczmienny)** sól pieprz

Kasza jęczmienna z gulaszem surówka z kapusty w zalewie

Składniki:

* kasza jęczmienna**(gluten jęczmienny)** mięso wieprzowe,
* mąka **(gluten pszenny)** kapusta, marchew, czosnek, cebula
* olej, sól, pieprz

### Kompot

Składniki:

* wiśnia

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa: 400ml
* Kasza: 150 g
* Gulasz:250g
* Surówka:150g
* Kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa: 250ml
* Kasza: 150 g
* Gulasz:150g
* Surówka:100g
* Kompot: 220 ml

## Wtorek 14.03.2023

### Zupa jarzynowa

Składniki:

* marchewka , pietruszka, **seler**, porcja rosołowa, kurczak
* por, sól, pieprz, kalafior, ziemniaki, śmietana12%(**mleko)**

### Ziemniaki kotlet mielony, surówka z buraczków czerwonych

Składniki:

* ziemniaki, , olej, sól, **jajko,** mięso mielone wieprzowe
* bułka tarta**(gluten pszenny),** buraczki czerwone
* cebula, sól, pieprz,

### Kompot

Składniki:

* czarna porzeczka

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

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

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

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

## Środa 15.03 .2023

### Zupa ogórkowa

Składniki:

* porcja rosołowa, marchewka, por, **seler**, pietruszka
* ogórki kiszone**(gorczyca)** sól, pieprz, mąka**(gluten pszenny)**
* śmietana30%(**mleko),**

### Bułki na parze z sosem truskawkowym surówka z marchwi

Składniki:

* parowce**(gluten pszenny)** śmietana 18%**(mleko)**
* truskawka mrożona, cukier, marchew, sok z cytryny

### Kompot

Składniki:

* śliwka

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa : 400ml
* Bułka:350g
* Surówka :150g
* Kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa : 250ml
* Bułka:275g
* Surówka: 100 g
* Kompot: 220 ml

## Czwartek 16.03.2023

### Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty

Składniki:

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

### Ryż sos beszamelowy, warzywa na parze

Składniki:

* ryż, mięso drobiowe, gałka muszkatołowa, sól, pieprz
* margaryna, śmietana 30%**(mleko),** mąka**(gluten pszenny)**
* marchew, kalafior, brokuł

### Kompot

Składniki:

* porzeczka czarna

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

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

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa : 250 ml
* Ryż: 100 g
* Sos: 150g
* Surówka:100g
* Kompot: 220 ml

Piątek 17.03.2023

Zupa dyniowa krem

Składniki:

* porcja rosołowa, marchewka, pietruszka, **seler**, sól, pieprz
* ziemniaki, por, dynia

Ziemniaki paluszki rybne, ogórek kiszony z marchwią

Składniki:

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

Kompot:

Składniki:

* wiśniowy

Zestaw duży obiadowy zawiera:

* Zupa: 400ml
* Ziemniaki: 375g
* Ryba:120g
* Surówka:150g
* Kompot: 220ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

* Zupa: 250ml
* Ziemniaki: 150g
* 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