

## Jadłospis obowiązujący od 04.03.2024r. do 08.03.2024r.

### Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 04.03.2024r. do 08.03.2024r.....	2
Poniedziałek 04.03.2024.....	2
Zupa krupnik .....	2
Placki ziemniaczane .....	2
Kompot.....	2
Wtorek 05.03.2024.....	3
Zupa rosół z makaronem .....	3
Ziemniaki, kotlet mielony .....	3
Kompot.....	3
Środa 06.03.2024.....	4
Zupa jarzynowa .....	4
Spaghetti .....	4
Kompot.....	4
Czwartek 07.03.2024.....	5
Zupa kapuśniak z młodej kapusty.....	5
Ryż , sos beszamelowy ,warzywa na parze.....	5
Kompot.....	5
Piątek 08.03.2024 .....	<b>Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.</b> 6
Zupa śmieszna .....	6
Ziemniaki ,kotlet rybny .....	6
Kompot .....	6

Jadłospis obowiązujący od 04.03.2024r. do 08.03.2024r.

Poniedziałek 04.03.2024

Zupa krupnik

Składniki:

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

Placki ziemniaczane, mieszanka studencka

Składniki:

- ziemniaki, sól, **jajka**, jogurt naturalny(**mleko**)
- olej, mąka(**gluten pszenny**),

Kompot

Składniki:

- wiśnia

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400ml
- Placki: 200 g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250ml
- Placki: 150g
- Kompot: 220 ml

Wtorek 05.03.2024

Zupa rosół z makaronem

Składniki:

- marchewka, pietruszka, por, **seler**, sól, pieprz, natka pietruszki
- tuszka z kurczaka , porcja rosółowa, makaron(**gluten pszenny**)

Ziemniaki , kotlet mielony, surówka z buraczków

Składniki:

- ziemniaki, szynka wieprzowa mielona , olej, sól. pieprz, **jajka**
- bułka tarta(**gluten pszenny**), bułka(**gluten pszenny**)

Kompot

Składniki:

- czarna porzeczka

Zestaw duży obiadowy zawiera:

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

Zestaw mały obiadowy zawiera:

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

Środa 06.03.2024

Zupa jarzynowa

Składniki:

- porcja rosółowa, marchew, pietruszka, **seler**, por
- sól, pieprz, ziemniaki, kalafior, fasolka, śmietana 12% (**mleko**)

Spaghetti, ogórek kiszony

Składniki:

- szynka wieprzowa, sos do spaghetti, oregano, koncentrat pomidorowy
- makaron spaghetti (**gluten pszenny**), sól, pieprz, olej,
- ogórek kiszony (**gorczyca**)

Kompot

Składniki:

- wiśnia

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Makaron: 375g
- Surówka: 150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Makaron: 275g
- Surowka: 100g
- Kompot: 220 ml

Czwartek 07.03.2024

Zupa kapuśniak z młodej kapusty

Składniki:

- porcja rosółowa, marchewka, pietruszka, **seler**, por, sól, pieprz
- kapusta, ziemniaki, natka pietruszki

Ryż z sosem beszamelowym, warzywa na parze

Składniki:

- ryż, margaryna(**mleko**), mąka(**gluten pszenny**), marchew, kalafior
- filet drobiowy, śmietana 12%(**mleko**), brokuł

Kompot

Składniki:

- truskawka

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Ryż:100g
- Sos:150g
- Warzywa:100g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Ryż:80g
- Sos:100g
- Warzywa:80g
- Kompot: 220 ml

Piątek 08.03.2024

Zupa jarzynowa z makaronem

Składniki:

- porcja rosółowa, marchewka, pietruszka, **seler**, por, sól, pieprz
- fasola, kalafior, makaron (**gluten pszenny**), śmietana 12% (**mleko**)

Ziemniaki, kotlet rybny, mizeria z ogórków

Składniki:

- ziemniaki, **ryba**, **jajka**, olej, ogórki, jogurt grecki (**mleko**), szczypior
- sól, pieprz, bułka tarta (**gluten pszenny**)

Kompot

Składniki:

- truskawka

Zestaw duży obiadowy zawiera:

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

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Ziemniaki: 100g
- Ryba: 100g
- Surówka: 100g
- 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. Jadłospis może ulec zmianie