

Jadłospis obowiązujący od 13.01.2025r. do 17.01.2025r.

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 13.01.2025r. do 17.01.2025r.....	2
Poniedziałek 13.01.2025.....	2
Zupa pomidorowa z ryżem.....	2
Kasza z gulaszem warzywnym.....	2
Wtorek 14.01.2025.....	3
Zupa fasolowa.....	3
Racuchy z jabłkiem.....	3
Kompot.....	3
Środa 15.01.2025.....	4
Zupa ogórkowa.....	4
Kopytka z kapustą zasmażaną.....	4
Kompot.....	4
Czwartek 16.01.2025.....	5
Zupa dyniowa krem.....	5
Ziemniaki, ryba, fasola szparagowa.....	5
Kompot.....	5
Piątek 17.01.2025.....	6
Zupa kalafiorowa.....	6
Chińszczyzna z makaronem.....	6
Kompot.....	6

Jadłospis obowiązujący od 13.01.2025r. do 17.01.2025r.

Poniedziałek 13.01.2025

Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki:

- porcja rosółowa, marchew, pietruszka, **seler**, koncentrat pomidorowy
- ryż, natka pietruszki
- śmietana 18%(**mleko**), sól, pieprz

Kasza z gulaszem warzywnym , mus owocowy 120g

Składniki:

- kasza jęczmienna (**gluten jęczmienny**), szynka wieprzowa, marchew
- pietruszka ,seler, cebula ,sól, pieprz

Kompot

Składniki:

- truskawka jeżyna, wiśnia, porzeczka czarna, jabłko. woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400ml
- Kasza:350g
- Sos:
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250ml
- Kasza:275g
- Sos:
- Kompot: 220 ml

Wtorek 14.01.2025

Zupa fasolowa

Składniki:

- porcja rosółowa, kości wędzone, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**,
- fasola Jaś, mąka(**gluten pszenny**), natka pietruszki
- sól, pieprz

Racuchy z jabłkiem, mleko kakaowe 200ml

Składniki:

- mąka(**gluten pszenny**), **mleko**, drożdże, masło(**mleko**), **jajka**
- jabłka, cukier trzcinowy, cukier puder

Kompot

Składniki:

- truskawka, wiśnia, jeżyna, czarna porzeczka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

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

Zestaw mały obiadowy zawiera:

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

Środa 15.01.2025

Zupa ogórkowa

Składniki:

- ogórki kiszone(**gorczyca**) marchew, pietruszka, **seler**
- porcja rosółowa, sól, pieprz, ziemniaki,
- mąka(**gluten pszenny**), śmietana 18%(**mleko**)

Kopytka z kapustą zasmażaną

Składniki:

- ziemniaki, kapusta kiszona , kiełbasa śląska, sól, pieprz,
- **jajka**, mąka(**gluten pszenny**)

Kompot

Składniki:

- wiśnia , truskawka, jeżyna, porzeczka czarna, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400ml
- Kopytka:200g
- Kapusta:150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250ml
- Kopytka:150g
- Kapusta:100g
- Kompot: 220 ml

Czwartek 16.01.2025

Zupa dyniowa krem

Składniki :

- porcja rosółowa, dynia, marchew, pietruszka, **seler**,
- ziemniaki ,pestki dyni sól, pieprz

Ziemniaki ryba duszona, fasola szparagowa

Składniki:

- ziemniaki, **ryba**, masło(**mleko**), fasola szparagowa ,sól, pieprz
- olej , bułka tarta(**gluten pszeny**)

Kompot

- czarna porzeczka ,wiśnia ,jeżyna, truskawka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Gołąbki:350g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Gołąbki:250g
- Kompot: 220 ml

Piątek 17.01.2025

Zupa kalafiorowa

Składniki:

- porcja rosółowa marchew, pietruszka, **seler**, por
- sól, pieprz, ziemniaki, kalafior, śmietana 18% (**mleko**)

Chińszczyzna z makaronem

Składniki:

- makaron spaghetti (**gluten pszenny**), filet z kurczaka, warzywa chińskie
- przyprawa curry, sól, pieprz, olej

Kompot:

Składniki:

- truskawka, wiśnia, jeżyna, truskawka, czarna porzeczka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

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

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa: 250ml
- Makaron: 275g
- 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