

## Jadłospis obowiązujący od 20.01.2025r. do 24.01.2025r.

### Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 20.01.2025r. do 24.01.2025r.....	2
Poniedziałek 18.11.2024.....	2
Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty.....	2
Ryż pulpety w sosie pomidorowym, jabłko 80g.....	2
Kompot.....	2
Wtorek 21.01.2025.....	3
Zupa jarzynowa.....	3
Makaron ze szpinakiem.....	3
Kompot.....	3
Środa 22.01.2025.....	4
Zupa barszcz biały z kielbasa i jajkiem.....	4
Ziemniaki, kotlet mielony, surówka z czerwonych buraczków.....	4
Kompot.....	4
Czwartek 23.01.2025.....	5
Zupa brokułów krem.....	5
Spaghetti, banan 80g.....	5
Kompot.....	5
Piątek 24.01.2025.....	6
Zupa pomidorowa na zacierce.....	6
Frytki, paluszki rybne, surówka z kapusty pekińskiej.....	6
Kompot.....	6
Legenda ( objaśnienia ):	6

## Jadłospis obowiązujący od 20.01.2025r. do 24.01.2025r.

### Poniedziałek 20.01.2025

#### Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty

##### Składniki:

- marchewka, pietruszka, **seler**, sól, pieprz, porcja rosółowa
- żeberka wieprzowe, kapusta kiszona, ziemniaki,
- natka pietruszki

#### Ryż pulpety w sosie pomidorowym, jabłko 80g

##### Składniki:

- ryż, szynka mielona, sól, pieprz, koncentrat pomidorowy,
- mąka(**gluten pszenny**),

#### Kompot

##### Składniki:

- wiśnia, truskawka, jeżyna, porzeczka czarna, woda

#### Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400ml
- Ryż: 100 g
- Sos:250g
- Kompot: 220 ml

#### Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250ml
- Ryż: 80g
- Sos:150g
- Kompot: 220 ml

Wtorek 21.01.2025

Zupa jarzynowa

Składniki:

- porcja rosółowa, marchew, kalafior, ziemniaki, fasolka szparagowa
- **seler**, pora, pietruszka, natka pietruszki, śmietana 18%**(mleko)**

Makaron ze szpinakiem

Składniki:

- makaron**(gluten pszenny)**, filet z kurczaka, masło**(mleko)**
- śmietana 18%**(mleko)**, szpinak, czosnek, sól, pieprz

Kompot

Składniki:

- wiśnia ,porzeczka czarna, jeżyna, truskawka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

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

Zestaw mały obiadowy zawiera:

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

Środa 22.01.2025

Zupa barszcz biały z kiełbasa i jajkiem

Składniki:

- porcja rosółowa, kości wędzone, marchew, pietruszka, **seler**,
- kiełbasa, **jajka**, barszcz biały(**żyto**),sól, pieprz,

Ziemniaki, kotlet mielony, surówka z czerwonych buraczków

Składniki:

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

Kompot

Składniki:

- wiśnia ,truskawka, porzeczka czarna, jeżyna, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Ziemniaki:200g
- Kotlet:100g
- Surówka:150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Ziemniaki:150g
- Kotlet:100g
- Surówka:100g
- Kompot: 220 ml

Czwartek 23.01.2025

Zupa brokułów krem

Składniki:

- porcja rosółowa, marchewka, pietruszka, **seler**, por, sól, pieprz
- brokuły, ziemniaki,

Spaghetti, banan 80g

Składniki:

- makaron spaghetti(**gluten pszenny**), sos do spaghetti
- koncentrat pomidorowy, szynka wieprzowa mielona
- oregano, sól, pieprz

Kompot

Składniki:

- wiśnia, truskawka, jeżyna, porzeczka czarna, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Spaghetti:370g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Spaghetti:275g
- Kompot: 220 ml

Piątek 24.01.2025

Zupa pomidorowa na zacierce

Składniki:

- porcja rosółowa, marchewka, pietruszka, **seler**, por, sól, pieprz
- koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, śmietana 18% **(mleko)**,
- makaron zacierka **(gluten pszenny)**

Frytki, paluszki rybne, surówka z kapusty pekińskiej

Składniki:

- frytki z ziemniaków, **paluszki rybne**, kapusta pekińska, marchew, cebula,
- jogurt grecki **(mleko)**, ogórek, rzodkiewka, kukurydza konserwowa, sól, pieprz
- papryka

Kompot

Składniki:

- wiśnia, truskawka, jeżyna, porzeczka czarna, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Frytki: 150g
- Paluszki : 100g
- Surówka: 150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Frytki: 100g
- Paluszki: 80g
- 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

