**JADŁOSPIS ALERGENY 02.04.24 – 12.04.24**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek**  02.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa ziemniaczana z jarzynami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - ziemniaki  - *śmietana ( mleko i przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **140**  **8** |
| **gulasz wołowy z brokułami i brukselką** | - pieczeń wołowa  - brokuły  - brukselka  - cebula  - *mąka pszenna (gluten1\*)*  - olej | **80**  **25**  **20**  **8**  **4**  **5** |
| **kasza gryczana** | - kasza gryczana | **55** |
| **surówka z kapusty czerwonej, cebuli i jabłka z oliwą** | - kapusta czerwona  - jabłko  - cebula  - oliwa | **70**  **30**  **7**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Środa**  03.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa szpinakowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - szpinak  - m*akaron pszenny (jaja 3\*, gluten 1\*)*  - *śmietana (przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **kotlet schabowy w krakersach** | *-* schab b/k  *- jajka 3\**  *- mąka pszenna gluten 1\*)*  *- bułka tarta (gluten 1\*)*  *- krakersy (gluten 1\*, jaja 3\*)*  - olej | **80**  **8**  **10**  **15**  **15**  **8** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne7\*)*  *-* koper | **240**  **2**  **3** |
| **sałatka wiosenna (sałata lodowa, pomidor, rzodkiewka, cebula dymka) z jogurtem naturalnym** | - sałata lodowa  - pomidor  - rzodkiewka  - cebula dymka  - *jogurt naturalny (przetwory mleczne 7\*)* | **70**  **30**  **15**  **8**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **sok jabłkowo-gruszkowy** | - jabłka, gruszki | **200ml** |
|  | **mandarynka** | **-** mandarynka | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek**  04.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa pomidorowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - koncentrat pomidorowy  *-* ryż  *- śmietana ( przetwory mlecze 7\*)* | **60**  **18**  **25**  **8** |
| **pierogi z mięsem i kapustą** | - mięso wołowe (pieczeń, pręga)  - kapusta kiszona  - *mąka pszenna (gluten 1\*)*  *- jaja 3\**  - cebula  - olej rzepakowy  - woda | **70**  **50**  **60**  **12**  **8**  **4** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **mus owocowy** | - jabłko, gruszka, morela, porzeczka, truskawka | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Piątek**  05.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa kalafiorowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - kalafior  - *makaron pszenny (jaja 3\*, gluten 1\*)*  *- śmietana ( przetwory mleczne7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **jajko w sosie koperkowym** | *- jajko3\**  - koper  - cebula  *- śmietana (przetwory mleczne 7\*)*  *- mąka pszenna* | **1szt**  **8**  **10**  **6**  **4** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **240**  **1,5**  **3** |
| **marchewki mini** | - marchewka mini | **100** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **jabłko** | **- jabłko** | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek**  08.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa brokułowa z jarzynami i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - brokuły  - ziemniaki  - *śmietana ( przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **120**  **8** |
| **indyk w sosie z ryżem** | - filet z indyka  - pieczarki  - papryka czerwona, zielona, żółta  - ogórek kiszony  - cebula  - szynka konserwowa  *- śmietana ( przetwory mleczne 7\*)*  *- mąka pszenna (gluten 1\*)*  *-* ryż | **80**  **30**  **20**  **8**  **6**  **6**  **3**  **55** |
|  |  |  |
|  |  |  |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **kiwi** | **-** kiwi | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek**  09.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa grysikowa na rosole z jarzynami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - pałeczki drobiowe, szponder wołowy  - *kasza manna (gluten 1\*)* | **60**  **60**  **25** |
| **pałeczki drobiowe** | *-* pałeczki drobiowe  *- jajka 3\**  *- mąka pszenna gluten 1\*)*  *- bułka tarta (gluten 1\*)*  - olej | **80**  **5**  **15**  **10**  **8** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **240**  **2**  **3** |
| **surówka Colesław** | - kapusta pekińska, marchew, jabłko, cebula  - *jogurt naturalny (przetwory mleczne 7\*)* | **100**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól,  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **sok jabłkowy** | - jabłka | **200ml** |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Środa**  10.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **kapuśniak z kiszonej kapusty z jarzynami i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - kapusta kiszona  - ziemniaki  - *kiełbasa podwawelska (soja 6\*, seler 9\*)* | **60**  **30**  **120**  **20** |
| **racuchy z marmoladą i serkiem Danio** | *- mąka pszenna (gluten 1\*)*  *- jaja 3\**  - drożdże  *- mleko ( przetwory mlecze7\*)*  - cukier  - olej rzepakowy  - marmolada  - *serek Danio (mleko i przetwory mleczne 7\*)* | **55**  **14**  **3**  **25**  **6**  **6**  **30**  **30** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  | **mus owocowy** | - jabłko, gruszka, morela, porzeczka, truskawka | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek**  11.4.2024 | **OBIAD** | | **Masa w**  **g.** |
| **zupa ogórkowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - ogórek kiszony  - ryż  - *śmietana ( przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **sztuka mięsa w sosie własnym z kaszą kuskus** | - schab b/k  - olej rzepakowy  - cebula  - *mąka pszenna (gluten 1\*)*  - *śmietana ( przetwory mleczne 7\*)*  *- kasza kuskus (gluten 1\*)* | **90**  **5**  **15**  **4**  **10**  **55** |
|  |  |  |
| **surówka z selera jabłka i rodzynek z jogurtem naturalnym** | *- seler korzenny 9\**  *-* jabłko  - rodzynki  - *jogurt naturalny (przetwory mleczne 7\*)* | **80**  **25**  **12**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Piątek**  12.04.2024 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa szpinakowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - szpinak  - *makaron pszenny (gluten1\*, jaja3\*)*  - *śmietana ( przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **ryba po grecku** | *- dorsz 4\**  - *jajka3\**  *- mąka pszenna (gluten 1\*)*  *- bułka tarta ( gluten 1\*)*  - marchew  - *seler korzenny 9\**  *-* cebula  - olej  - koncentrat pomidorowy | **80**  **8**  **10**  **15**  **60**  **45**  **35**  **8**  **20** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  *-* koper | **250**  **2**  **3** |
|  |  |  |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), kminek, ziele angielskie | **2**  **2** |
| **sok jabłkowo-gruszkowy** | - jabłka, gruszki | **200ml** |
| **gruszka** | - gruszka | **1szt** |