

Jadłospis 18-22 styczeń 2021

Poniedziałek

Obiad

zupa żurek z białą kielbasą 300ml (biała kielbasa, ziemniaki, marchew, seler, por, zakwas żytni, śmietanka roślinna 15%, pietruszka, cebula, czosnek, przyprawy) 1, 9

makaron z truskawkami 240g (makaron pszenny, truskawki, jogurt naturalny, cukier) 1, 7

kompot owocowy 150ml (śliwka, wiśnia, truskawka, cukier)

Wtorek

Obiad

zupa pomidorowa 300ml (pomidory, marchew, seler, ryż, por, pietruszka, cebula, natka, przyprawy) 9

kotlet schabowy 100g (schab wieprzowy, bułka tata, jajka, olej rzepakowy, przyprawy), **ziemniaki z koperkiem** 150g, **surówka z**

kapusty pekińskiej 80g (kapusta pekińska, marchew, papryka, kukurydza, olej rzepakowy, natka, przyprawy) 1, 3

lemoniada 150ml (cytryny, cukier)

Środa

Obiad

zupa rosół z makaronem 300ml (kurczak, szponder wołowy, makaron pszenny, marchew, seler, por, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy) 1, 9

bitki z polędwicy pieczone w sosie własnym 120g (polędwica wieprzowa, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy), **ziemniaki z koperkiem** 150g, **surówka z czerwonej kapusty** 80g (czerwona kapusta, marchew, jabłko, cebula, natka pietruszki, olej rzepakowy, cytryna, przyprawy) 1, 9

sok pomarańczowy 150ml

Czwartek

Obiad

zupa pieczarkowa 300ml (marchew, seler, pieczarki, ziemniaki, wywar mięsny, por, pietruszka, śmietanka roślinna 15%, natka, przyprawy) 7, 9

kurczak w sosie słodko kwaśnym 150g (pierś z kurczaka, pomidory, marchew, papryka, cukinia, por, cebula, pędy bambusa, kiełki fasoli Mung, grzyby Mun sos, słodko kwaśny Pudliszki), **ryż** 150g

kompot owocowy 150ml (śliwka, wiśnia, truskawka, cukier)

Piątek

Obiad

zupa neapolitańska z makaronem 300ml (marchew, makaron pszenny, śmietanka 18%, serek topiony naturalny, por, seler, pietruszka, natka, przyprawy) 3, 7, 9

mintaj pieczony w chrupiącej panierce 100g (mintaj, mąka pszenna, skrobia pszenna, przyprawy), **ziemniaki z koperkiem** 150g, **ogórek kiszony** 80g 1, 4

sok jabłkowy 150ml