

Jadłospis 25-29 styczeń 2021

Poniedziałek

Obiad

zupa marokańska 300ml (marchew, seler, ciecierzycza, soczewica, pomidory, por, pietruszka, natka pietruszki, kolendra, cytryna, przyprawy) 9

pierogi ruskie 160g (mąka pszenna, ziemniaki, twaróg półtłusty, cebula, olej rzepakowy, przyprawy), **okrasa** 15g (cebula, olej rzepakowy, boczek wędzony, przyprawy), **ogórek kiszony** 80g 1, 7
kompot owocowy 150ml (śliwka, wiśnia, truskawka, cukier)

Wtorek

Obiad

zupa kapuśniak 300ml (kapusta biała, marchew, seler, pietruszka, wywar mięsny wołowy, kasza jęczmienna, por, cebula, koperek, przyprawy) 1, 9

kotlet devolaille 90g (pierś z kurczaka, bułka tata, jajka, olej rzepakowy, przyprawy), **ziemniaki z koperkiem** 150g, **sałatka z buraczków** 80g (buraki, cebula, jabłko, cytryna, olej rzepakowy, przyprawy) 1, 3

sok jabłkowy 150ml

Środa

Obiad

zupa ogórkowa 300ml (ogórki kiszane, ziemniaki, wywar mięsny wieprzowy, marchew, seler, por, pietruszka, cebula, śmietanka 18%, koperek, przyprawy) 7, 9

kurczak pieczony 100g (podudzia z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy), **kasza bulgur** 150g, **surówka z marchwi i jabłka** 80g (marchew, jabłko, cytryna, olej rzepakowy, przyprawy) 1

napój z zielonej herbaty z cytryną 150ml (herbata zielona, cytryny, miód naturalny)

Czwartek

Obiad

zupa fasolowa 300ml (marchew, ziemniaki, fasola jaś, kiełbasa wieprzowa, por, seler, pietruszka, natka, przyprawy) 9

spaghetti bolońskie 120g (łopatka wieprzowa, pomidory, marchew, cebula, por, olej rzepakowy, przyprawy), **makaron pszenny** 160g 1
kompot owocowy 150ml (śliwka, wiśnia, truskawka, cukier)

Piątek

Obiad

zupa krem z papryki i pomidorów 300ml (pomidory, papryka, marchew, kasza bulgur, seler, por, pietruszka, cebula, śmietanka roślinna 15%, przyprawy) 1, 9

łosoś pieczony 100g (łosoś, mąka pszenna, koperek, przyprawy), **ziemniaki puree** 150g (ziemniaki, masło, przyprawy), **surówka z surówki z kapusty kiszonej** 80g (kapusta kiszona, marchew, szczypiorek, olej rzepakowy, przyprawy) 1, 4, 7

sok jabłkowy 150ml