

Jadłospis 18 – 22 październik 2021

Poniedziałek

Obiad

- zupa grochowa** 250ml (marchew, seler, ziemniaki, groch, kiełbasa wieprzowa, por, pietruszka, natka, przyprawy) 9
- kluski leniwe** 150g (twaróg krajanka, mąka pszenna, jajka, przyprawy, skrobia ziemniaczana, jogurt naturalny), **bułka tarta z masłem** 15g,
- surówka z marchwi i jabłka** 60g (marchew, jabłko, cytryna, olej rzepakowy, przyprawy) 1, 3, 7
- kompot owocowy** 150ml (śliwka, porzeczka czarna, wiśnia, truskawka, cukier)

Wtorek

Obiad

- zupa dyniowa** 250ml (dynia, marchew, seler, pietruszka, ryż, por, śmietanka roślinna 15%, cebula, natka, masło, przyprawy) 7, 9
- kotlet z kurczaka** 90g (pierś z kurczaka, bułka tarta, jajka, masło, olej rzepakowy, przyprawy), **ziemniaki z koperkiem** 130g, **surówka z czerwonej kapusty** 60g (kapusta biała, kapusta czerwona, cebula, olej, przyprawy)
- sok jabłkowy** 150ml

Środa

Obiad

- zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z pomidorami** 250ml (marchew, ziemniaki, seler, kiszona kapusta, pomidory, wywar mięsny, por, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy) 9
- gulasz wieprzowy** 120g (łopatka wieprzowa, cebula, czosnek, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy), **kasza gryczana** 140g, **ogórek kiszony** 60g 1
- sok pomarańczowy** 150ml

Czwartek

Obiad

- zupa buraczkowa** 250ml (buraki, ziemniaki, wywar mięsny, marchew, seler, por, pietruszka, śmietanka roślinna 15%, natka pietruszki, sok z cytryny, przyprawy) 9
- filet soute w sosie ziołowo serowym** 120g (indyk, śmietanka 18%, serki topione, cebula, czosnek, natka pietruszki, koperek, bazylia, szczypior, kolendra, przyprawy), **kasza bulgur** 140g, **sałatka wieśniak** 60g (ogórek kiszony, marchewka, por, cebula, olej, przyprawy) 1, 7
- sok jabłkowy** 150ml

Piątek

Obiad

- zupa ryżanka** 250ml (ryż, marchew, fasola szparagowa, groszek, seler, por, kalafior romanesco, pietruszka, cebula, śmietanka roślinna 15%, czosnek, koperek, przyprawy) 9
- dorsz pieczony** 90g (dorsz, mąka pszenna, cytryny, olej rzepakowy, przyprawy), **ziemniaki z koperkiem** 130g, **colesław** 60g (biała kapusta, marchew, papryka, kukurydza, majonez, natka pietruszki, przyprawy) 1, 3, 4, 7, 10, 13
- sok pomarańczowy** 150ml