

Jadłospis 24 – 27 styczeń 2022

Poniedziałek

Obiad

zupa koperkowa 250ml (marchew, pietruszka, groszek, brokuł, kalafior, seler, kasza manna, seler, por, śmietanka roślinna 15%, cebula, czosnek, koper, masło, przyprawy) 7, 9

kiełbasa z pieca 100g (kiełbasa wieprzowa podwawelska, cebula, olej rzepakowy), **puree ziemniaczane** 140g (ziemniaki, mleko 3,2%, masło),

sałatka ogórka kiszzonego i pomidora 60g (ogórek kiszony, pomidor, szczypiorek, olej rzepakowy, przyprawy) 7

sok jabłkowy 150ml

Wtorek

Obiad

zupa kapuśniak z pomidorami 250ml (marchew, ziemniaki, seler, kapusta, wywar mięsny, pomidory, por, pietruszka, natka pietruszki, przyprawy) 9

gulasz 120g (szynka wieprzowa, cebula, czosnek, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy), **kasza bulgur** 140g, **buraczki zasmażane** 60g (buraki, mąka pszenna, masło, cytryna, cukier, przyprawy) 1, 7

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

Środa

Obiad

zupa krupnik 250ml (ziemniaki, kasza jęczmienna, wywar mięsny, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, natka, przyprawy) 1, 9

kotlet drobiowy 90g (pierś z kurczaka, bułka pszenna, jajka, mąka pszenna, przyprawy), **ziemniaki z koperkiem** 130g, **surówka z selera** 60g (seler, brzoskwinia w syropie, majonez, jogurt naturalny, cytryna, przyprawy) 1, 3, 7, 9, 10

sok pomarańczowy 150ml

Czwartek

Obiad

zupa grochowa 250ml (marchew, seler, ziemniaki, groch, kiełbasa wieprzowa, por, pietruszka, natka, przyprawy) 9

pierogi ruskie 150g (mąka pszenna, ziemniaki, twaróg półtłusty, jaja, cebula, olej rzepakowy, przyprawy), **okrasa** 20g (cebula, olej rzepakowy, boczek wędzony, przyprawy), **surówka z kapusty kiszzonej** 60g (kapusta kiszona, marchew, szczypiorek, olej rzepakowy, przyprawy) 1, 7

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

Piątek

Obiad

zupa ogórkowa z ryżem 250ml (ogórki kiszzone, marchew, ryż, seler, por, pietruszka, cebula, śmietanka roślinna 15%, koperek, przyprawy) 9

dorsz panierowany 90g (dorsz, bułka tarta, jajka, mąka pszenna, olej rzepakowy, koperek, natka pietruszki, cytryna, przyprawy), **ziemniaki z koperkiem** 130g, **surówka z kapusty pekińskiej** 60g (kapusta pekińska, papryka, ogórek, kukurydza, olej rzepakowy, natka, przyprawy) 1, 3, 4

sok pomarańczowy 150ml