

Jadłospis 04-08.03.2024

### **PONIEDZIAŁEK:**

#### ***Obiad:***

Barszcz biały z ziemniakami

#### **Składniki:**

Woda, ziemniaki, koncentrat barszczu (zakwas: mąka żytnia i pszenna (zawiera **gluten**), czosnek, śmietana (zawiera **mleko**), **seler**, por, natka pietruszki, majeranek, lubczyk, sól, pieprz

Makaron penne (zawiera **gluten**)

Z sosem bolońskim

Jabłko

Kompot

#### **Składniki:**

Mięso wieprzowe, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna (zawiera **gluten**), cebula, czosnek, oregano, bazylia, majeranek, pieprz, sól

Kompot: woda, jabłko, porzeczka, aronia, cukier

### **WTOREK:**

#### ***Obiad:***

Zupa koperkowa z ryżem

#### **Składniki:**

Woda, koperek, ryż biały, śmietana (zawiera **mleko**), **seler**, por, natka pietruszki, majeranek, lubczyk, sól, pieprz

Pieczone nuggetsy z kurczaka  
Ziemniaki  
Surówka meksykańska  
Kompot

**Składniki:**

Filet z kurczaka, mleko, mąka pszenna, jaja, płatki kukurydziane, sól, pieprz, papryka, olej

Ziemniaki, mleko, sól

Kapusta biała, marchew, kukurydza, fasola, majonez (zawiera jaja), sól, pieprz

Kompot: woda, porzeczka czarna, truskawka, cukier

**ŚRODA:**

**Obiad:**

Zupa grysikowa z ziemniakami i mięskiem

**Składniki:**

Woda, kasza manna (zawiera gluten), ziemniaki, udziec z kurczaka, marchew, pietruszka korzeń, seler, por, lubczyk, majeranek, pieprz

Buchty  
Z polewą jogurtowo-truskawkową  
Kompot

**Składniki:**

Buchty: mąka pszenna (zawiera gluten), woda, olej rzepakowy, drożdże, jaja, mleko pełne w proszku, cukier, sól

Polewa: jogurt naturalny (zawiera mleko), truskawki, cukier

Kompot: woda, porzeczka czarna, wiśnie, cukier

## CZWARTEK:

### **Obiad:**

Krem z kalafiora z groszkiem ptysiowym

#### **Składniki:**

woda, kalafior, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana (zawiera mleko), ziemniaki, lubczyk, sól, pieprz czarny, koper

Groszek: mąka pszenna, jaja, margaryna (olej rzepakowy, woda, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy), woda, sól

Gulasz z indyka

Kasza bulgur (zawiera gluten)

Sałatka z ogórka kiszzonego

Kompot

#### **Składniki:**

Mięso gulaszowe z indyka, olej, papryka mielona, cebula, czosnek, mąka pszenna (zawiera gluten), sól, pieprz

Sałatka: ogórek kiszony, cebula, marchew, pieprz, olej

Kompot: woda, porzeczka czarna, truskawka, cukier

## PIĄTEK:

### **Obiad:**

Zupa pomidorowa z ryżem

#### **Składniki:**

woda, koncentrat pomidorowy, marchew, pietruszka, seler, śmietana (zawiera mleko), ryż biały, majeranek, sól, pieprz czarny

Ryba panierowana

Ziemniaki

Surówka Colesław  
Kompot

**Składniki:**

Ryba-miruna, bułka tarta (zawiera gluten), jaja, olej, pieprz, sól

Ziemniaki, mleko, sól

Surówka Colesław: kapusta biała, marchew, majonez (zawiera jaja), sól, pieprz

Kompot: woda, porzeczka czarna, wiśnie, cukier