



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 13.01.2025

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, pasztet drobiowy (**mleko**) 40 g, papryka
Składniki: woda, mięso z kurcząt, olej rzepakowy, kasza manna, białko sojowe, sól, przyprawy

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa ogórkowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), ogórki kiszzone, śmietana 12%, przyprawy
- Pampuchy drożdżowe 120 g z sosem jogurtowo-jagodowym 40g
Składniki: mleko, mąka pszenna, jajka, jogurt naturalny, jagody, olej rzepakowy

WTOREK 14.01.2025

ŚNIADANIE

- Rogal z dżemem 60 g (**gluten**)
Składniki: mąka pszenna, margaryna, woda, cukier, drożdże, jajka, dżem
- Kakao 100ml (**mleko**)

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Rosół z makaronem 250ml
Składniki: zupa (woda, mięso drobiowe, włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), przyprawy), makaron (mąka pszenna, jaja, przyprawy)
- Pieczeń rzymska 70 g w sosie pieczeniowym 60g z ziemniakami 100g
Składniki: ziemniaki, pieczeń (mięso wieprzowe, jajka, olej rzepakowy, cebula, bułka tarta pszenna, przyprawy), sos (wywar wieprzowy, mąka pszenna, śmietana 12%, przyprawy)
- Surówka ze słodkiej kapusty 100g
Składniki: kapusta, koper, marchew, przyprawy

ŚRODA 15.01.2025

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna 50g (**gluten**) z masłem 10g, pasta **rybna** pomidorowa 40g, ogórek kiszony

Składniki: tuńczyk w oleju, makrela w pomidorach, jajko gotowane, koncentrat pomidorowy, masło, cebula, przyprawy

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa brokułowa z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, brokuł, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), śmietana 12 %, przyprawy

- Filet drobiowy panierowany 80g z ziemniakami 100g

Składniki: ziemniaki, filet drobiowy, jajko, bułka tarta pszenna, przyprawy, olej

- Marchewka z groszkiem na ciepło 100g

Składniki: marchew, groszek zielony, masło (śmietanka pasteryzowana), przyprawy

CZWARTEK 16.01.2025

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, wędlina drobiowa 20g, pomidor

Składniki: mięso z piersi indyka, woda, sól, przyprawy

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa jarzynowa z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), kalafior, kapusta biała, fasolka szparagowa, groszek, brukselka, śmietana 12%, przyprawy

- Gnocchi ziemniaczane 100 g z sosem myśliwskim 120 g

Składniki: kiełbasa śląska, pieczarka, cebula, boczek wędzony, ogórki kiszzone, koncentrat pomidorowy, przyprawy

PIĄTEK 17.01.2025

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, płatki śniadaniowe miodowe na mleku 150g, dżem niskosłodzony 10g

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa fasolowa z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), ziemniaki, fasola sucha, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, czosnek, cebula, przyprawy

- Hamburger rybny 80g z ziemniakami pieczonymi 100g

Składniki: ziemniaki, miruna, bułka tarta pszenna, jajka, przyprawy, olej rzepakowy

- Surówka z kiszzonej kapusty 100g

Składniki: kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, przyprawy