



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 20.01.2025

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, paprykarz szczeciński (**ryba**) 40 g, ogórek konserwowy
Składniki: **ryba**, ryż, koncentrat pomidorowy, przyprawy

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, kapusta kiszona, włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), przyprawy
- Placki ziemniaczane 135g ze **śmietaną** 10g
Składniki: ziemniaki, cebula, olej rzepakowy i słonecznikowy, skrobia ryżowa, sól

WTOREK 21.01.2025

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, serek homogeniz. 120 g
Składniki: **mleko**, cukier, **mleko** zagęszczone odtłuszczone, owoce, żywe kultury bakterii

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Barszcz ukraiński z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, buraki włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), fasola sucha, kapusta biała, cebula, boczek, czosnek, **śmietana** 18%, przyprawy
- Gołąbki po meksykańsku 80g z sosem pomidorowym 60g i ziemniaki 100g
Składniki: ziemniaki, gołąbki (mięso wieprzowe, ryż, kapusta biała, **jajka**, olej rzepakowy, cebula, przyprawy), sos (pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy, mąka **pszenna**, **śmietana** 12%, przyprawy)

ŚRODA 22.01.2025

ŚNIADANIE

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna 50g (**gluten**) z masłem 10g, pasta z **sera** żółtego z warzywami 40g

Składniki: ser żółty, marchew, szczypior, ogórek kiszony, majonez (**jaja**, **gorczyca**)

- Zupa ryżowa 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), ryż, przyprawy

- Kotlet schabowy panierowany 80g z ziemniakami 100g

Składniki: ziemniaki, schab wieprzowy, **jajka**, mąka **pszenna**, bułka tarta **pszenna**, olej rzepakowy, przyprawy

- Mizeria ze śmietaną 100g

Składniki: ogórki świeże, **śmietana** 18%, **jogurt** naturalny, skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy, **śmietana** 12%

CZWARTEK 23.01.2025

ŚNIADANIE

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

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

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

- Zupa koperkowa z ziemniakami 250 ml

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

- Gulasz drobiowy w sosie własnym 150g z kluskami śląskimi 100g

Składniki: mięso drobiowe, cebula, papryka czerwona, przyprawy, mąka **pszenna**, kluski (ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajko**, przyprawy)

- Surówka z czerwonej kapusty 100g

Składniki: kapusta czerwona, olej, jabłko, przyprawy

PIĄTEK 24.01.2025

ŚNIADANIE

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

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

- Zupa grochowa z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), groch suchy, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, czosnek, cebula, przyprawy

- Panierowany filec **rybny** w chrupiącym cieście 75g i ziemniaki 100g

Składniki: ziemniaki, filec z **mintaja**, woda, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, mąka kukurydziana, sól, **jajko**, skrobia **pszenna**, przyprawy

- Surówka meksykańska z kukurydzą 100g

Składniki: kapusta biała, marchew, kukurydza, majonez (olej rzepakowy, żółtka **jaja**, musztarda (**gorczyca**)), przyprawy