



Jadłospis

11.03.2020 r Środa

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie

Posiłki	Potrawy, składniki i alergen	Waga 1 porcji	
Obiad	Kapuśniak z ziemniakami	- kapusta słodka, marchewka, seler , pietruszka-korzeń, por -- ziemniaki	350 ml
	Spaghetti makaron	- mięso wieprzowe, mąka pszenna, olej rzepakowy rafinowany	150g
	Sos spaghetti	Ketchup, cebula, czosnek, koncentrat pomidorowy 30%	150g
	Herbata owocowa	-woda, napar z herbaty owocowej, cukier	200 ml
	Jabłko	-owoc	50g

12.03.2020 r Czwarte

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie

Posiłki	Potrawy, składniki i alergen	Waga 1 porcji	
Obiad	Żurek na kielbasce śląskiej z ziemniakami	- mąka pszenna , żytnia, seler , marchewka, pietruszka-korzeń, cebula, - mięso wieprzowe, wołowe, woda, skrobia ziemniaczana, białko sojowe	350 ml
	Gulasz wieprzowy	-mięso wieprzowe,	120 g
	Kasza jęczmiennie-gryczana	-Jęczmień, gryka, masło z mleka	200g
	Surówka szwedzka	-ogórek kiszony, marchewka, jabłko, olej rzepakowy rafinowany, cukier, cebula	80g
	Mięta	- woda, napar z mięty	200 ml

13.03.2020 r Piątek

Alergeny zostały wyróżnione na jałospisie

Posiłki	Potrawy, składniki i alergeny		Waga 1 porcji
Obiad	Zupa pieczarkowa z zacierkami, z natką pietruszki, zabieleną	-pieczarki, , marchewka, pietruszka-korzeń, seler , por,, -mąka pszenna - natka pietruszki - śmietana 18% na mleku	350 ml
	Ryba w panierce	- Ryba miruna, jajka , - bułka tarta z mąki pszennej, żytniej , drożdży, soli, cukru, --smażona na oleju rzepakowym rafinowanym,	80 g
	Ziemniaki	- ziemniaki	200 g
	Surówka z kapusty czerwonej	Kapusta czerwona, cebula, jabłka, ogórek kiszony, olej rzepakowy, sok z cytryny, cukier	80 g
	Woda z pomarańczą	- woda pomarańczowa	200 ml

16.03.2020 r. Poniedziałek

Alergeny zostały wyróżnione na jałospisie.

Posiłki	Potrawy, składniki i alergeny		Waga 1 porcji
Obiad	Zupa ziemniaczana na kurczaku z natką pietruszki	- ziemniaki, marchewka, pietruszka-korzeń, seler , por, -drób -natka pietruszki	350 ml
	Ryż naturalny, parobole z jabłkiem, śmietaną 30%	- Ryż naturalny, parobole - jabłko świeże -śmietana 30% na mleku	200 g
	Kompot	- woda, owoce mrożone, cukier	200 ml

17.03.2020 r. Wtorek

Alergeny zostały wyróżnione na jałospisie.

Posiłki	Potrawy, składniki i alergen	Waga 1 porcji	
Obiad	Zupa pomidorowa na kurczaku Z makaronem pełnoziarnistym i pszennym,	-koncentrat pomidorowy30%, marchewka, seler, pora, pietruszka-korzeń -drób -mąka pszenna, żytnia	350 ml
	Kotleciki drobiowe w cieście	- filet z kurczaka, -majonez kielecki (gorczyca ,olej rzepakowy rafinowany, sól,woda, ocet, cukier) Ser żółty na mleku	80 g
	Ziemniaki	-ziemniaki	200 g
	Surówka z marchewki i pomarańczy	- marchewka surowa, świeża, pomarańcza,	80 ml
	Woda	- Woda	200 ml

18.03.2020 r. Środa

Alergeny zostały wyróżnione na jałospisie.

Posiłki	Potrawy, składniki i alergen	Waga 1 porcji	
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami, zabieleną	- ogórek kiszony, pora, marchewka, pietruszka-korzeń, seler , ziemniaki -śmietana18% na mleku	350 ml
	Fasolka po bretońsku	-fasola, marchewka -kiełbasa śląska -koncentrat pomidorowy30%	200g
	Bułka wrocławska	- Drożdże, sól, olej, mąka pszenna , cukier,	1szt.
	Mięta	-woda, napar z mięty, cukier	200ml
	Jabłko	-owoc świeży	50g

19.03.2020 r. Czwartek

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie

Posiłki	Potrawy, składniki i alergen	Waga 1 porcji	
Obiad	Biały barszcz z makaronem pełnoziarnistym, zabieleny	marchewka, seler, pietruszka- korzeń, natka, mąka żytnia, śmietana 18% z mleka, pora	350 ml
	Szab w panierce	-mięso wieprzowe, -bułka tarta z soli, drożdży, mąki pszennej, żytniej, wody, -jajko,olej rzepakowy rafinowany	80g
	Ziemniaki	- ziemniaki	200 g
	Surówka z białej kapusty	- biała kapusta, marchewka, jabłko, por, cukier, ocet jabłkowy	80 ml
	Kompot	- woda, napar z mięty	200 ml

20.03.2020 r. Piątek

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie.

Posiłki	Potrawy, składniki i alergen	Waga 1 porcji	
Obiad	Zupa zielona z ziemniakami zabieleny	-pora,ziemniaki, marchewka, pietruszka-korzeń, seler, natka pietruszki, masło z mleka -śmietana18% z mleka	350 ml
	Ryba w warzywach	-rybaMiruna -marchewka, pietruszka ,seler, pora	160g
	Ryż żółty	-ryż naturalny, parobole, kurkuma	200g
	Woda z cytryną	-woda, -cytryna	200 ml
	Jabłko	-owoc świeże	50g

Intendent zastrzega sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie.

Szef kuchni

Intendent