

Jadłospis

TYDZIEŃ 3 -7 czerwca 2024 r.

<p><u>Poniedziałek</u></p> <p><u>Zupa ziemniaczana na wędzonce - 300 ml</u> <u>Naleśniki z dżemem brzoskwiniowym -2 szt</u> <u>Herbata miętowa – 200 ml</u> <u>Jogurt pitny wieloowocowy – 330 ml</u> <i>alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja</i></p>	<p>Kości wędzone, włoszczyzna, ziemniaki przyprawy, Mąka, mleko 3,2 % jaja olej kokosowy, dżem brzoskwiniowy niskosłodzony. Jogurt pitny wieloowocowy, różne smaki, Herbata ziołowa: mięta</p>
<p><u>Wtorek</u></p> <p><u>Zupa kalafiorowa – 300 ml</u> <u>Ziemniaki puree – 180 g</u> <u>Kotlet mielony wieprzowy - 90 g</u> <u>Surówka meksykańska – 140 g</u> <u>Napój wiśniowy – 200 ml</u> <i>alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja</i></p>	<p>Porcja rosółowa z kurczaka, kości karkowo schabowe, kalafior, włoszczyzna, pietruszka natka, ziemniaki. śmietana 18% homogenizowana, Ziemniaki, masło, mleko 3,2 %. Łopátka wieprzowa b/kości mielona, cebula, przyprawy, jaja, bułka kajzerka, bułka tarta, olej rzepakowy. Surówka: kapusta pekińska, ogórek świeży, fasolka czerwona, kukurysza, papryka, majonez, jogurt grecki, koperek Syrop zagęszczony smak wiśnia</p>
<p><u>Środa</u></p> <p><u>Żurek na białej kiełbasie – 300 ml</u> <u>Makaron ryżowy – 180 g</u> <u>Kurczak po tajsku - 200 g</u> <u>Woda z cytryną i mięta– 200 ml</u> <i>alergeny * seler, laktoza, gluten,</i></p>	<p>Kiełbasa biała surowa, żur zaczyn, włoszczyzna, śmietana 18%, ziemniaki, pietruszka natka, przyprawy. Makaron ryżowy chiński. Filet z piersi kurczaka, włoszczyzna, por, warzywa-mieszanka chińska, pędy bambusa, kiełki fasoli mung, puree z mango, mleko kokosowe, limonki, olej kokosowy. Woda, cytryna, świeże listki mięty.</p>
<p><u>Czwartek</u></p> <p><u>Zupa krem z warzyw – 300 ml</u> <u>Kasza gryczana – 180 g</u> <u>Bitki wołowe w sosie własnym– 90 g,</u> <u>70 ml sos</u> <u>Ogórek małosolny – 1 szt</u> <u>Kompot śliwkowy – 200 ml</u> <i>alergeny * seler, laktoza, gluten,</i></p>	<p>Kosci karkowo - schabowe, porcja rosółowa z indyka, włoszczyzna, kalafior, brokuł, marchewka, fasolka szparagowa, groszek zielony, pietruszka natka, masło, przyprawy Kasza gryczana. Wołowina zrazowa górna, cebula, mąka, olej rzepakowy. Ogórek małosolny. Śliwki</p>
<p><u>Piątek</u></p> <p><u>Zupa minestrone – 300 ml</u></p>	<p>Porcja rosółowa z kurczaka, młoda kapusta, fasolka biała, pomidory krojone b/skóry konserwowe, koncentrat pomidorowy, ziemniaki, przyprawy</p>

<p style="text-align: center;"><u>Ziemniaki – 180 g</u> <u>Filet z dorsza panierowany – 90 g</u> <u>Surówka z kiszanej kapusty,</u> <u>marchewki i jabłka -140 g</u> <u>Herbata rumiankowa – 200 ml</u> alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja</p>	<p>Filet z dorsza ze skórą świeży, jaja, bułka tarta, olej rzepakowy. Ziemniaki. Surówka: kiszona kapusta, marchew, jabłko, cytryna, olej rzepakowy, koperek, przyprawy. Herbata ziołowa: rumianek</p>
---	--

Przyprawy używane w naszej kuchni: sól o obniżonej zawartości sodu, pieprz czarny, ziołowy, biały, cytrynowy, cząber, majeranek, kolendra, liść laurowy, ziele angielskie, tymianek, rozmaryn, lubczyk, czosnek, papryka słodka, ostra, chili, bazylija, oregano, curry, kminek, kumin rzymski, imbir, cynamon, gałka muskatołowa, kurkuma, Dodatki do smaku: miód, musztarda, chrzan, ajvar, sos sojowy, pasta tymiankowa, pasta curry, ocet ryżowy, ocet balsamiczny, mleko kokosowe