

Jadłospis

Tydzień 23 - 27 września

<p>Poniedziałek <u>Zupa krem z warzyw- 300 ml</u> <u>Makaron z polewą truskawkowo-śmietanową -200 g</u> <u>Napój pomarańczowy - 200 ml</u> <i>alergeny * seler, laktoza, gluten</i></p>	<p>Porcja rosołowa z kurczaka, kości karkowo-schabowe, włoszczyzna, kalafior, brokuł, marchew, ziemniaki, przyprawy. Makaron pszenny bezjajeczny, truskawki, śmietana, jogurt, cukier. Zagęszczony sok pomarańczowy.</p>
<p>Wtorek <u>Zupa kapuśniak - 300 ml</u> <u>Ziemniaki - 180 g</u> <u>Pieczone podudzie z kurczaka - 90 g</u> <u>Mizeria- 140 g</u> <u>Herbata owocowa - 200 ml</u> <i>alergeny * seler, laktoza, gluten</i></p>	<p>Porcja rosołowa z kurczaka, kości karkowo-schabowe, włoszczyzna, kapusta biała młoda ziemniaki, koperek, przyprawy. Ziemniaki, pałki kurze, przyprawy. Ogórek zielony, śmietana 18%, koper. Herbata owoce leśne.</p>
<p>Środa <u>Zupa marchewkowa - 300 ml</u> <u>Kasza jęczmienna wiejska - 180 g</u> <u>Strogonow- 150 g</u> <u>Kompot śliwkowy - 200 ml</u> <i>alergeny * seler, laktoza, gluten</i></p>	<p>Porcja rosołowa z kurczaka, kości karkowo-schabowe, włoszczyzna, marchew, ziemniaki, przyprawy. Kasza jęczmienna wiejska. Szynka wieprzowa, cebula, smalec, przyprawy, ogórek kiszony, papryka świeża, mąka pszenna. Śliwki.</p>
<p>Czwartek Zupa kalafiorowa - 300 ml Ziemniaki puree - 180 g Kotlet mielony-90 g Surówka coleslaw-140 g Herbata miętowa-200 ml <i>alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja</i></p>	<p>Porcja rosołowa z kurczaka, kości karkowo-schabowe, włoszczyzna, kalafior, ziemniaki, przyprawy. Ziemniaki puree: masło, mleko. Karkówka wieprzowa, łopatka wieprzowa, jaja, bułka pszenna, bułka tarta, smalec do smażenia. Kapusta biała, marchew, cytryna, kukurydza, chrzan, majonez. Herbata miętowa.</p>
<p>Piątek <u>Zupa dyniowa - 300 ml</u> <u>Ryż basmati - 180 g</u> <u>Pulpet z mielonego dorsza w sosie warzywnym - 90 g, 70 ml sos</u> <u>Kompot z jabłek i gruszek- 200 ml</u> <i>alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja</i></p>	<p>Porcja rosołowa z kurczaka, kości karkowo-schabowe, włoszczyzna, dynia, pomarańcze, ziemniaki, przyprawy. Ryż basmati. Brzuszek z dorsza, jaja, kaszka manna, bułka pszenna mleko, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń. Jabłka, gruszki.</p>
<p>Przyprawy używane w naszej kuchni: sól o obniżonej zawartości sodu, pieprz czarny, biały cytrynowy, zioła świeże i suszone, bazylija, oregano, kolendra, tymianek, rozmaryn, mięta, curry, gałka muszkatołowa, kurkuma, papryk słodka, ostra, chili, pieprz ziołowy, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy, kminek, kumin rzymski, czosnek, lubczyk. Imbir, cynamon, cząber.</p>	<p>Dodatki do smaku: miód, ajvar, musztarda, chrzan, pasta curry, pasta tymiankowa, ocet balsamiczny, ocet jabłkowy, sos sojowy, sos rybny, sos teriyaki,, przyprawy orientalne, mleko kokosowe.</p>

