

Tydzień 7.10 - 11.10.

<p>Poniedziałek <u>Zupa koperkowa z ryżem - 300 ml</u> <u>Łazanki z kapustą i kiełbasą- 200 g.</u> Kompot wielowocowy – 200 ml <i>alergeny * seler, laktoza, gluten,</i></p>	<p>Kości karkowo-schabowe, porcja rosółowa z kurczaka, włoszczyzna, ryż, biały, koperek, śmietana 18%, przyprawy. Makaron pszenny łazanki, kapusta kiszona, kiełbasa śląska, boczek wędzony, cebula, przyprawy, olej rzepakowy. Kompot z owoców mieszanych: jabłka, wiśnie, śliwki, porzeczki, truskawki.</p>
<p>Wtorek <u>Zupa pieczarkowa z makaronem - 300 ml</u> <u>Ziemniaki puree – 180 g</u> <u>Kotlet pożarski- 90 g</u> <u>Surówka z marchewki, selera i ananasa- 140 g</u> Napój truskawkowy – 200 ml <i>alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja</i></p>	<p>Skrzydła z kurczaka, kości karkowo-schabowe, włoszczyzna, pieczarki, makaron pszenny, przyprawy, śmietana 18%. Mięso drobiowe mielone, ser żółty, papryka świeża, cebula, jaja, bułka tarta, przyprawy, olej rzepakowy. Ziemniaki: masło, mleko. Marchew, seler, ananas, majonez, śmietana 12 %. Sok zagęszczony truskawkowy.</p>
<p>Środa <u>Zupa żurek na białej kiełbasie -300 ml</u> <u>Makaron ryżowy wstążki- 180 g</u> <u>Kurczak po tajsku - 200 g</u> Woda z cytryną i miętą – 200 ml <i>alergeny * seler, laktoza, gluten</i></p>	<p>Kiełbasa biała surowa, żur zaczyn, włoszczyzna, ziemniaki, przyprawy Makaron ryżowy, filet z piersi kurczaka, mieszanka warzyw azjatyckich, puree z mango, pędy bambusa, kiełki fasoli mung, trawa cytrynowa, sos sojowy, limonka, mleko kokosowe olej kokosowy, przyprawy. Mięta świeża, cytryny.</p>
<p>Czwartek <u>Krem z papryki – 300 ml</u> <u>Ziemniaki- 180 g</u> <u>Schab duszony ze śliwką -90 g.</u> <u>Buraczki na ciepło – 140 g</u> Herbata owocowa-200 ml <i>alergeny * seler, laktoza, gluten,</i></p>	<p>Kości karkowo - schabowe, porcja rosółowa z kuczaka, włoszczyzna, papryka świeża, ziemniaki, ajvar, przyprawy. Ziemniaki puree: masło, mleko. Schab wieprzowy bez kości, śliwka suszona, przyprawy, olej rzepakowy, cebula, mąka pszenna. Buraki, masło, cytryna, przyprawy, miód, ocet jabłkowy. Herbata wielowocowowa.</p>
<p>Piątek <u>Zupa grochowa - 300 ml</u> <u>Naleśniki z dżemem brzoskwiniowym – 2 szt</u> <u>Jogurt pitny wielowocowy – 1 szt</u> Herbata miętowa- 200 ml</p>	<p>Kości wędzone, włoszczyzna, groch łuskany, ziemniaki, przyprawy. Mąka pszenna, mleko 3,2 %, jaja, dżem brzoskwiniowy, olej kokosowy do smażenia. Jogurty pitny mix smaków. Herbata ziołowa: mięta</p>

Jadłospis

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, bazylia, oregano, curry, kminek, kumin rzymski, imbir, cynamon, gałka muskatołowa, kurkuma, mieszanka przypraw orientalnych.

Dodatki do smaku: miód, musztarda, chrzan, ajvar, sos sojowy, pasta tymiankowa, pasta curry, ocet ryżowy, ocet balsamiczny, mleko kokosowe, sos teriyaki