

Jadłospis

Tydzień 2 - 6 grudnia

<p>Poniedziałek <u>Zupa ziemniaczana na wędzonce - 300 ml</u> <u>Makaron kokardki z twarogiem i musem z malin - 200 g</u> Herbata miętowa – 200 ml <i>alergeny * seler, laktoza, gluten,</i></p>	<p>Kości wędzone, włoszczyzna, ziemniaki, przyprawy. Makaron farfalle pszenny bezjajeczny, twaróg półtusty, śmietana 18%. cukier, maliny mrożone. Herbata ziołowa: mięta</p>
<p>Wtorek <u>Zupa krupnik - 300 ml</u> <u>Ziemniaki puree – 180 g</u> <u>Filet z piersi kurczaka panierowany – 90 g</u> <u>Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem i chrzanem – 140 g</u> Kompot z owoców mieszanych – 200 ml <i>alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja</i></p>	<p>Żeberka wiperzowe, kości karkowo schabowe,, włoszczyzna, kasza jęczmienna, ziemniaki, przyprawy, pietruszka natka. Ziemniaki tłoczone z masłem i mlekiem. Filet z piersi kurczaka, przyprawy, jaja, bułka tarta, smalec wp.. Czerwona kapusta, jabłka, przyprawy, chrzan tarty, majonez. Mieszanka kompotowa: śliwki, jabłka, cytryny, porzeczki, wiśnie rabarbar, miód</p>
<p>Środa <u>Zupa ogórkowa – 300 ml</u> <u>Fasolka po bretońsku z bułką – 200 g</u> Herbata rumiankowa – 200 ml <i>alergeny * seler, laktoza, gluten</i></p>	<p>Żeberka wieprzowe, kości karkow-schabowe, skrzydła z kurczaka, włoszczyzna, ogórki kiszzone, ziemniaki, śmietana 18%, koperek, przyprawy.. Fasolka średnia Jaś, koncentrat pomidorowy, boczek wędzony surowy, kiełbasa podwawelska, cebula, olej rzepakowy. Bułka kajzerka - 50 g. Herbata ziołowa: rumianek.</p>
<p>Czwartek <u>Barszcz czerwony – 300 ml</u> <u>Kasza gryczana – 180 g</u> <u>Gulasz wieprzowy z warzywami – 200 g</u> Kompot śliwkowy – 200 ml <i>alergeny * seler, laktoza, gluten</i></p>	<p>Kości wędzone, buraki, włoszczyzna, przyprawy, koncentrat barszczu, ziemniaki. Kasza gryczana. Szynka wieprzowa, papryka , pieczarki, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna. Śliwki.</p>
<p>Piątek <u>Zupa pomidorowa z makaronem – 300 ml</u> <u>Ziemniaki – 180 g</u> <u>Filet z łososia pieczony – 90 g</u> <u>Sałata lodowa w jogurcie – 140 g</u> <u>Mikołajkowa niespodzianka:)</u> Kompot jabłowo- gruszkowy – 200 ml <i>alergeny * seler, laktoza, gluten,</i></p>	<p>Porcja rosółowa drobiowa, kości karkowo-schabowe, włoszczyzna, pomidory krojone b/skóry, przecier pomidorowy, makaron pszenny, śmietana, pietruszka natka, przyprawy. Filet z łososia, przyprawy, masło. Ziemniaki. Sałata lodowa, jogurt grecki, cytryna, przyprawy. Jabłka , gruszki, miód. Czekoladowa niespodzianka</p>

Przyprawy używane w naszej kuchni:

Sól o obniżonej zawartości sodu, pieprz czarny, ziółowy, 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 muszkatołowa, kurkuma, mieszanka przypraw orientalnych.

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