

Poniedziałek <u>Zupa pomidorowa z ryżem - 300 ml</u> <u>Pierogi z mięsem okraszone cebulką - 200 g</u> Woda z cytryną i pomarańczą- 200 ml alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja	Kości karkowo-schabowe, skrzydła z kurczaka, włoszczyzna, pomidory krojone b/ skóry, przecier pomidorowy, ryż biały, przyprawy. Pierogi: mąka pszenna, jaja, łopatka wp., cebula, przyprawy, olej rzepakowy. Cytryny, pomarańcze.
Wtorek <u>Zupa brokułowa krem - 300 ml</u> <u>Łazanki z kapustą i kiełbasą - 200 g</u> Napój brzoskwiniowo - pomarańczowy - 200 ml alergeny * seler, laktoza, gluten	Kości karkowo-schabowe, skrzydła z kurczaka, włoszczyzna, brokuły, ziemniaki, przyprawy. Makaron łazanki, kapusta kiszona, boczek wędzony, kiełbasa toruńska, cebula, olej rzepakowy. Pomarańcze, brzoskwinie w syropie.
Środa <u>Zupa pieczarkowa z makaronem - 300 ml</u> <u>Ziemniaki puree - 180 g</u> Kotlet schabowy - 90 g <u>Fasolka szparagowa - 140 g</u> Kompot z jabłek i śliwek - 200 ml alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja	Kości karkowo-schabowe, skrzydła z kurczaka, pieczarki, włoszczyzna, makaron kolanka, śmietana 18% Ziemniaki puree: masło, mleko 3,2 %, Schab wp. b/kości, jaja, bułka tarta, przyprawy, smalec do smażenia. Fasolka szparagowa. Jabłka, śliwki, miód.
Czwartek <u>Żurek na białej kiełbasie z jajkiem - 300 ml</u> Ryż brązowy - 180 g <u>Kurczak w sosie słodko - kwaśnym - 90 g, 120 ml sos</u> Herbata owocowa - 200 ml alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja	Kiełbasa biała surowa, żur zakwas, włoszczyzna, ziemniaki, jaja, przyprawy. Ryż brązowy, filet z piersi kurczaka, papryka kolorowa, ananas konserwowy, cebula, mąka pszenna, przyprawy, olej rzepakowy. Herbata wieloowocowa.
Piątek <u>Zupa z czerwonej soczewicy - 300 ml</u> <u>Ziemniaki - 180 g</u> Kotlet jajeczny - 90 g <u>Surówka meksykańska - 140 g</u> Kompot truskawkowy - 200 ml alergeny * seler, laktoza, gluten, jaja	Kości wędzone, soczewica czerwona, włoszczyzna, ziemniaki, pietruszka natka, przyprawy. Jaja, szczypior, kasza manna bułka tarta, olej rzepakowy. Kapusta pekińska, fasolka czerwona, kukurydza, papryka kolorowa,, ogórek kiszony, czerwona cebulka, majonez, jogurt grecki, przyprawy. Truskawki, cukier.

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 tikka masala

