

Poniedziałek <u>Zupa koperkowa z ryżem - 300 ml</u> <u>Młode ziemniaki – 180 g</u> <u>Cordon bleu – 1 szt</u> <u>Świeży ogórek - 140 g</u> Herbata rumiankowa – 200 ml alergeny * 1, 3, 7,9	Porcja rosółowa z kurczaka, kości karkowo-schabowe, włoszczyzna, koper zielony , ryż, śmietana 18%, przyprawy. Młode ziemniaki, filet z piersi kurczaka, ser żółty, jaja, przyprawy, bułka tarta, olej rzepakowy. Ogórek zielony. Herbata ziołowa: rumianek.
Wtorek <u>Żurek na białej kielbasie z jajkiem - 300 ml</u> <u>Spaghetti bolognese z żółtym serem – 200 g</u> <u>Arbuz – 1 porcja</u> Lemoniada – 200 ml alergeny * 1, 3, 7,9	Biała kielbasa, włoszczyzna, ziemniaki, zakwas do żurku, jaja, czosnek świeży, przyprawy. Makaron spaghetti, mięso z łopatki wieprzowej, pomidory konserwowe, przecier pomidorowy, przyprawy, ser żółty, świeża bazylia. Napój z owoców cytrusowych. Arbuz krojony na porcje.
Środa <u>Rosół z makaronem – 300 ml</u> <u>Ziemniaki puree – 180 g</u> <u>Kotlet mielony – 90 g</u> <u>Buraczki na ciepło – 140 g</u> Kompot jabłkowy – 200 ml alergeny * 1, 3, 7, 9, 10	Porcja rosółowa z kaczki i kurczaka, włoszczyzna, makaron nitka pszenna, pietruszka natka. Ziemniaki tłoczone z mlekiem i masłem. Łopatka wieprzowa, karkówka wieprzowa, bułka pszenna, jaja, cebula, bułka tarta, smalec do smażenia. Buraki, cytryny, masło, przyprawy. Jabłka, miód
Czwartek <u>Zupa jarzynowa - 300 ml</u> <u>Kluski śląskie - 180 g</u> <u>Gulasz wieprzowy – 200 g</u> <u>Surówka z czerwonej kapusty i jabłka – 140 g</u> Herbata miętowa - 200 ml alergeny *1, 3, 7,9,	Skrzydła z kurczaka, kości karkowo-schabowe, włoszczyzna, kalafior, brokuł, brukselka, fasolka szparagowa, groszek, ziemniaki, śmietana 18%. Kluski: ziemniaki, jaja, skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy. Szyńka wieprzowa, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna. Kapusta czerwona, jabłka cytryny, olej rzepakowy, chrzan, przyprawy. Herbata ziołowa : mięta bez cukru.
Piątek <u>Zupa z młodej kapusty - 300 ml</u> <u>Makaron z twarogiem i musem z malin - 200 g</u> Napój ananas – kiwi – 200 ml alergeny *1,7,9,	Skrzydła z kurczaka, kości karkowo-schabowe, młoda kapusta, włoszczyzna, ziemniaki, koperek, przyprawy. Makaron kokardy, twaróg półtłusty, śmietana 12%, maliny, cukier puder. Ananasy, kiwi, cytryna, woda.

***Alergeny podkreślone w jadłospisie: 1-gluten, 3-jaja, 4-ryby, 6-soja, 7-mleko i pochodne, 9-seler, 10 - gorczyca**

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 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*