

JADŁOSPIS
OD DNIA 02.10.2023 - 13.10.2023

- 1) **Poniedziałek**
02.10.23
- Zupa ziemniaczana z kiełbasą 300g (1,3,4) + pieczywo mieszane - 172kcal;**
porcja drobiowa, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, koperek, ziemniaki, mąka tortowa, śmietana 12%, kiełbasa toruńska;
- Makaron z serem i musem truskawkowym 250g (1,2,3) - 402kcal;**
makaron lubelski świderki, masło, margaryna mleczna, ser biały półtłusty, truskawki mrożone;
- Kompot jabłkowy 150g - 77kcal;**
- 2) **Wtorek**
03.10.23
- Zupa ogórkowa z lanym ciastem 300g (1,2,3,4) - 235kcal;**
porcja drobiowa, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, koperek, natka pietruszki, śmietana 12%, mąka tortowa, ogórki kiszzone, jajka;
- Schab w sosie własnym 110g (1,3) - 252kcal;**
schab bez kości, zioła, cebula, margaryna mleczna, mąka tortowa;
- Kasza jęczmienna 165g (1,3) - 224kcal;**
- Fasolka Szparagowa 80g - 31kcal;**
- Sok Tymbark multiwitamina 200g - 47kcal;**
- Kompot jabłkowy 150g - 77kcal;**
- 3) **Środa**
04.10.23
- Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300g (1,3,4) - 217kcal;**
porcja drobiowa, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, natka pietruszki, koperek, mąka tortowa, ryż brązowy, koncentrat pomidorowy, śmietana 12%;
- Naleśniki z serem i dżemem 200g (1,2,3) - 438kcal;**
mleko, mąka tortowa, jajka, cukier waniliowy, olej kujawski, dżem truskawkowy niskosłodzony, ser biały półtłusty, śmietana 12%;
- Sok Tymbark multiwitamina 200g - 47kcal;**
- Kompot jabłkowy 150g - 77kcal;**
- 4) **Czwartek**
05.10.23
- Zupa rosół z makaronem 300g (1,2,4) - 132kcal;**
porcja drobiowa, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, natka pietruszki, makaron czarnecki nitki;
- Dramstik pieczony z ziołami ok. 90g - 120kcal;**
filet z kurczaka, zioła, cebula, margaryna mleczna, mąka tortowa;
- Ziemniaki 200g (3) - 175kcal;**
masło;
- Surówka z warzyw mieszanych 85g (4) - 91kcal;**
kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, por, jabłka, ogórki kiszzone, cebula, szczypiorek, krem z gorczycy, zioła, oliwa z oliwek;
- Kompot wieloowocowy 150g - 98kcal;**
porzeczka czarna, śliwka, truskawki, agrest, jabłka świeże.
- 5) **Piątek**
06.10.23
- Zupa krupnik 300g (1,3,4) + pieczywo mieszane - 154kcal;**
porcja drobiowa, marchew, pietruszka, seler, por, natka pietruszki, koperek, mąka tortowa, śmietana 12%, cebula, kasza jęczmienna;
- Paluszki rybne 75g (1,2,5) - 144kcal;**
- Ziemniaki 200g (3) - 175kcal;**
masło;
- Buraczki z chrzanem 80g - 40kcal;**
- Kompot wieloowocowy 150g - 98kcal;**
porzeczka czarna, śliwka, truskawki, agrest, jabłka świeże.
- 6) **Poniedziałek**
- Zupa żurek z 1/2 jajka 330g (1,2,3,4) + pieczywo mieszane - 160kcal;**

- 09.10.23** porcja drobiowa, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, żurek zakwas, natka pietruszki, koperek, śmietana 12%, mąka tortowa, jajka, czosnek, majeranek;
Ryż z jabłkami 200g (3) – 310kcal;
ryż, jabłka, cukier waniliowy, mleko, margaryna mleczna;
Deser Monte 100g (3) - 195kcal;
Kompot wieloowocowy 150g - 98kcal;
porzeczka czarna, śliwka, truskawki, agrest, jabłka świeże.
- 7) Wtorek**
10.10.23 **Zupa krem brokułowy z grzankami 320g (1,3,4) - 159kcal;**
porcja drobiowa, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, koperek, brokuły mrożone, grzanki z bułki wrocławskiej, śmietana 12%, mąka tortowa;
Spaghetti z sosem mięsno - warzywnym 250g (1,2,3,4) - 432kcal;
makaron lubelski spaghetti, szynka bez kości, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, papryka czerwona, cebula, koncentrat pomidorowy pudliszki, masło, margaryna mleczna, zioła;
Sok Tymbark multiwitamina 200g - 47kcal;
Kompot jabłkowy 150g - 77kcal;
- 8) Środa**
11.10.23 **Zupa fasolowa z ziemniakami i kiełbasą 300g (1,4) - 220kcal;**
porcja drobiowa, marchew, pietruszka, seler, cebula, por, natka pietruszki, ziemniaki, majeranek, mąka tortowa, fasola Jaś, kiełbasa toruńska;
Kopytka z masłem i musem truskawkowym 250g (1,2,3) – 411kcal;
ser biały półtłusty, ziemniaki, mąka tortowa, mąka ziemniaczana, jajka, masło, margaryna mleczna, truskawki mrożone;
Kompot jabłkowy 150g - 77kcal;
- 9) Czwartek**
12.10.23 **Zupa rosół z tartym ciastem 300g (1,2,4) - 159kcal;**
porcja drobiowa, marchew, pietruszka, seler, por, natka pietruszki, koperek, jajka, mąka tortowa;
Kotleciki krojone z kurczaka 90g (2,3) – 142kcal;
filet z kurczaka, cebula, czosnek, pieczarki, jajka, ser żółty, papryka czerwona, mąka ziemniaczana, olej kujawski;
Ziemniaki 200g (3) - 175kcal;
masło;
Surówka z ogórka konserwowego, marchewki, pora i papryki 80g – 42kcal;
Kompot wieloowocowy 150g - 98kcal;
porzeczka czarna, śliwka, truskawki, agrest, jabłka świeże.
- 10) Piątek**
13.10.23 **Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300g (1,2,3,4) - 171kcal;**
porcja rosółowa, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, natka pietruszki, koperek, mąka tortowa, śmietana 12%, mieszanka warzywna siedmioskładnikowa mrożona, makaron lubelski pełnoziarnisty;
Ryba panierowana 90g (1,2,5) – 248kcal;
filet z mintaja, jajka, mąka tortowa, bułka tarta, olej kujawski;
Ziemniaki 200g (3) - 175kcal;
masło;
Surówka z kapusty czerwonej, cebuli, jabłka i pora 80g - 65kcal;
Kompot wieloowocowy 150g - 98kcal;
porzeczka czarna, śliwka, truskawki, agrest, jabłka świeże.

Informacja na temat obecnych w serwowanych potrawach składników powodujących alergię lub reakcję alergiczną:

1. ziarna zbóż
2. jajka
3. mleko
4. seler
5. ryby