

JADŁOSPIS TYGODNIOWY

OD 23.04 - DO 27.04.2018

Poniedziałek 23.04.2018	<p>Zupa grochowa z ziemniakami i natką pietruszki groch, ziemniaki, udziec indyczy, marchew, SELER, por, pietruszka korzeń, wieprzowina boczek, czosnek granulowany, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>Filet z kurczaka panierowany pierś z kurczaka b/s, BUŁKA tarta, JAJA kurze, olej rzepakowy, MĄKA pszenna, pieprz, przyprawa do mięsa, sól</p> <p>Salata ze śmietaną sałata, ŚMIETANA, przyprawa do sałatek, sól</p> <p>Ziemniaki z koperkiem ziemniaki, koper ogrodowy, sól</p> <p>Kompot ze śliwek śliwka mrożona bez pestek, miód pszczeli</p> <p>Jabłko</p>	<p>300 ml 209 kcal</p> <p>100 g 240 kcal</p> <p>50 g 18 kcal</p> <p>200 g 150 kcal</p> <p>200 ml 44 kcal</p> <p>1 szt 41 kcal</p> <p>701 kcal</p>
Wtorek 24.04.2018	<p>Zupa meksykańska udziec indyczy, pieczarka, fasola czerwona, wołowina zrazowa, cebula, marchew, papryka czerwona, groszek zielony, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, pietruszka korzeń, pietruszka liść, pieprz, papryka mielona, sól</p> <p>Kotlet Burger jaglany mięso z ud kurczaka, groszek zielony, kasza jaglana, JAJA, olej rzepakowy, pieprz, sól</p> <p>Salata z rzodkiewką i szczypiorem sałata, rzodkiewka, szczypiorek, przyprawa do sałatek, olej rzepakowy</p> <p>Ziemniaki z koperkiem ziemniaki, koper ogrodowy, sól</p> <p>Kompot z wiśni wiśnie bez pestek mrożone, miód pszczeli</p> <p>Pomarańcz</p>	<p>300 ml 152 kcal</p> <p>90 g 230 kcal</p> <p>50 g 10 kcal</p> <p>200 g 150 kcal</p> <p>200 ml 45 kcal</p> <p>1 szt 48 kcal</p> <p>635 kcal</p>
Środa	<p>Zupa ziemniaczana z porami, z zielenią mięso udziec indyczy, ziemniaki, marchew, por, SELER korzeniowy, cebula, wieprzowina boczek wędzony, ŚMIETANA, pietruszka liść, pieprz mielony, czosnek granulowany, sól</p> <p>Łazanki z kapustą i pieczarkami makaron bezjajeczny z semoliny, kapusta kwaszona, pieczarka świeża, cebula, wieprzowina szynka, udziec z indyka, olej rzepakowy, sól sodowo-potasowa</p>	<p>300 ml 143 kcal</p> <p>220 g 360 kcal</p>

25.04.2018	<p>Marchewka do gryzienia</p> <p>Napój cytrynowy woda, cytryna, miód</p> <p>Mandarynka</p>	<p>80 g 20 kcal</p> <p>200 ml 37 kcal</p> <p>1 szt 24 kcal</p> <p>584 kcal</p>
<p>Czwartek</p> <p>26.04.2018</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami, białą kielb ziemniaki, kiełbasa biała, żurek, udziec z indyka, ŚMIETANA, marchew, pietruszka korzeń, SELER, por, cebula, czosnek, koper ogrodowy, pieprz, ziele angielskie</p> <p>Gulasz wołowy wołowina zrazowa, cebula, MAŁKA pełnoziarnista, ŚMIETANA, ziele angielskie, pieprz, sól</p> <p>Ogórek kwaszony</p> <p>Kasza gryczana kasza gryczana, olej rzepakowy, sól</p> <p>Kompot wielowocowy mieszanka owocowa mrożona, miód, cynamon, goździk</p> <p>Pomarańcz</p>	<p>300 ml 178 kcal</p> <p>110 g 154 kcal</p> <p>80 g 9 kcal</p> <p>120 g 215 kcal</p> <p>200 ml 42 kcal</p> <p>1 szt 48 kcal</p> <p>646 kcal</p>
<p>Piątek</p> <p>27.04.2018</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami, z zielenią udziec z indyka, ziemniaki, marchew, brukselka mrożona, kalafior mrożony, fasolka szparagowa mrożona, pietruszka korzeń por, SELER, cebula, pietruszka liść, pieprz, ŚMIETANA, liść laurowy, ziele angielskie, sól, lubczyk</p> <p>Kotlet mielony z dorsza świeżego RYBA dorsz świeży, olej rzepakowy, BUŁKA tarta, BUŁKA pszenna, JAJKO, pieprz cytrynowy, sól</p> <p>Surówka z kiszonych ogórków z papryką ogórek kiszony, papryka, cebula, olej rzepakowy, przyprawa do sałatek</p> <p>Ziemniaki z koperkiem ziemniaki, koper ogrodowy, sól</p> <p>Kompot z jabłek jabłko, miód, goździk, cynamon</p> <p>Banan</p>	<p>300 ml 141 kcal</p> <p>90 g 191 kcal</p> <p>80 g 58 kcal</p> <p>200 g 150 kcal</p> <p>200 ml 43 kcal</p> <p>1 szt 84 kcal</p> <p>666 kcal</p>