**JADŁOSPIS ALERGENY 13.09.2021-24.09.2021**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek**  13.09.2021 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **krupnik z jarzynami i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - *kasza jęczmienna ( gluten 1\*)*  *- śmietana (przetwory mleczne 7\*)*  - ziemniaki | **60**  **18**  **8**  **120** |
| **spaghetti z sosem mięsnym** | - mięso mielone ( wołowo – wieprzowe )  - *makaron spaghetti ( gluten 1\*, jaja 3\** )  - koncentrat pomidorowy  - olej rzepakowy  - mąka ziemniaczana  *- przyprawa do spaghetti ( gluten 1\*, jaja 3\*, mleko 7\*, seler\*, gorczyca 10\* )*  - pomidory  - cebula | **80**  **55**  **7**  **4**  **4**  **1**  **20**  **7** |
|  |  |  |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  | **śliwka** | - śliwka | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek**  14.09.2021 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **Zupa ryżowa na rosole z jarzynami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - udziec z kurczaka  - ryż | **60**  **60**  **25** |
| **roladki drobiowe** | *-* roladki drobiowe  *- jajka 3\**  *- mąka pszenna gluten 1\*)*  *- bułka tarta (gluten 1\*)*  - olej | **80**  **5**  **15**  **10**  **8** |
| **ziemniaki** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **250**  **2**  **3** |
| **surówka z marchewki i jabłka z jogurtem naturalnym** | - marchewka  - jabłko  - *jogurt naturalny (przetwory mleczne 7\*)* | **75**  **35**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Środa**  15.09.2021 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa koperkowa z jarzynami i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - koper  *-* ziemniaki  *- śmietana ( przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **18**  **140**  **8** |
| **Kolorowy kociołek** | *-* pieczeń wołowa  *-* cukinia  *- mąka pszenna ( gluten1\*)*  *-* fasola szparagowa  - cebula  - dynia  *-* olej | **80**  **20**  **4**  **10**  **6**  **20**  **4** |
| **kopytka** | - ziemniaki  - *jajko 3\**  *- mąka pszenna (gluten 1\*)* | **130**  **14**  **55** |
|  |  |  |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  | **nektarynka** | - nektarynka | **1szt** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Czwartek**  16.09.2021 | | **Masa w g.** |
| **zupa kalafiorowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | | | **60**  **25**  **30**  **8** |
| **kotlet mielony** | | | **80**  **5**  **8**  **4**  **8**  **1**  **9** |
| **ziemniaki** | | | **250**  **2**  **3** |
| **buraczki na ciepło** | | | **100**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | | | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | | | **50**  **5**  **200ml** |
| **banan** | | | **1szt** |
| **Piątek**  17.09.2021 | | **OBIAD** | | | | | | **Masa w g.** |
| **barszcz czerwony z jarzynami, jajkiem i ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | | | - włoszczyzna marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - buraki  - ziemniaki  *- śmietana ( przetwory mleczne 7\*)*  *-* *jajko 3\**  *-* sok cytrynowy do smaku | | | **60**  **70**  **140**  **8**  **20** |
| **makaron z serem białym polany masłem posypany cukrem** | | | *- makaron ( gluten 1\*, jaja3\*)*  *- ser biały (przetwory mleczne 7\*)*  *- masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - cukier | | | **60**  **55**  **5**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | | | - sól morska,  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | | | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | | | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | | | **50**  **5**  **200ml** |
| **gruszka** | | | - gruszka | | | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Poniedziałek**  20.09.2021 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **Zupa brokułowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - brokuły  - *makaron pszenny ( gluten 1\*, jaja 3\*)*  - *śmietana ( przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **Indyk w warzywach z kaszą kuskus** | - filet z indyka  - marchew  - *seler korzenny, seler naciowy 9\**  - por  - cebula  - *śmietana (przetwory mleczne 7\*)*  - *mąka pszenna (gluten 1\*)*  - *kasza kuskus ( gluten 1\*)* | **80**  **30**  **20**  **8**  **6**  **6**  **4**  **55** |
| **ogórek kiszony** | - ogórek kiszony | **100** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Wtorek**  21.09.2021 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa pomidorowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - koncentrat pomidorowy  *-* ryż  *- śmietana (przetwory mleczne7\** | **60**  **18**  **25**  **8** |
| **kotlet schabowy w krakersach** | *-* schab  *- jajka 3\**  *- mąka pszenna ( gluten1\*)*  *- bułka tarta (gluten1\*)*  *- krakersy ( gluten 1\*)*  - olej | **80**  **8**  **10**  **15**  **10**  **8** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)*  - koper | **250**  **2**  **3** |
| **kapusta zasmażana** | - kapusta kiszona | **100** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  | **brzoskwinia** | - brzoskwinia | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Środa**  22.09.2021 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa jarzynowa z ziemniakami, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka)  - mix jarzyn  - ziemniaki  - *śmietana (mleko i przetwory mleczne7\*)* | **60**  **25**  **140**  **8** |
| **łazanki z mięsem** | *-* kapusta biała  *-* pieczeń wołowa  - cebula  *- makaron pszenny (gluten1\*, jajka3\*)* | **90**  **80**  **10**  **55** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól,  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **jabłko** | - jabłko | **1szt** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Czwartek**  23.09.2021 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa selerowa z jarzynami i ryżem, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - *seler korzenny 9\*, seler naciowy 9\**  - ryż  *- śmietana ( mleko i przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **sznycel drobiowy** | *-* mięso mielone ( filet z kurczaka)  - *jaja kurze 3\**  - *czerstwa weka pszenna ( gluten 1\*)*  - cebula  - olej rzepakowy  - czosnek  *- bułka tarta ( gluten 1\*)* | **80**  **5**  **8**  **4**  **8**  **1**  **9** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)* | **250**  **2** |
| **surówka z sałaty lodowej, rzodkiewki, pomidora, cebuli dymki z jogurtem naturalnym** | - sałata lodowa, pomidor, rzodkiewka, cebula dymka  - *jogurt naturalny ( przetwory mleczne* | **100**  **8** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest,  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
|  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Piątek**  24.09.2021 | **OBIAD** | | **Masa w g.** |
| **zupa szpinakowa z jarzynami i makaronem pszennym, zielona pietruszka**  zupa – 250-300 ml | - włoszczyzna (marchew, *seler korzenny* 9\*, *seler naciowy 9\**, por, pietruszka, kapusta   włoska)  - szpinak  *- makaron pszenny (gluten1\*, jaja3\*)*  *- śmietana ( przetwory mleczne 7\*)* | **60**  **25**  **25**  **8** |
| **ryba po grecka** | *- dorsz3\**  *- jaja3\**  *- mąka pszenna ( gluten1\*)*  *- bułka tarta ( gluten 1\*)*  *-* olej  - marchew  *- seler korzenny 9\**  - cebula  - koncentrat pomidorowy | **100**  **8**  **10**  **15**  **8**  **60**  **45**  **35**  **20** |
| **ziemniaki purée** | - ziemniaki  - *masło ( przetwory mleczne 7\*)* | **200**  **2** |
| przyprawy stosowane do obiadu | - sól morska  - *przyprawa natura* (seler9\*), liść laurowy, ziele angielskie, majeranek | **2**  **2** |
| **kompot wieloowocowy** | - czerwone i czarne porzeczki, agrest, truskawki  - cukier  - woda | **50**  **5**  **200ml** |
| **śliwka** | **- śliwka** | **1szt** |