**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** |