

## Jadłospis Tydzień 3/4

📅 **21.09.2026 poniedziałek**

### Sos warzywny

Składniki: woda, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), papryka czerwona, śmietana 18% (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz, przyprawa ziołowo- warzywna (**pszenica**)

### Kasza kuskus perłowa gotowana

### Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, brukselka, marchew, pietruszka, korzeń, śmietana 18% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

📅 **22.09.2026 wtorek**

### Polędwiczki z kurczaka w panierce z pestek dyni

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, dynia, pestki, łuskane, bułka tarta (**pszenica**), skrobia ziemniaczana, sól biała, pieprz

### Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

### Marchewka mini na parze

Składniki: mini marchewki

### Rosół drobiowy z makaronem

Składniki: woda, makaron **pszenny** dwujajeczny, gotowany, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

📅 **23.09.2026 środa**

### Kotlet z ciecierzycy i pieczarek

Składniki: ciecierzycza konserwowa, pieczarki świeże, cebula, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, przyprawa ziołowa, papryka słodka, sól biała

### Zupa chłopska

Składniki: woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), kielbasa śląska, boczek wędzony bez kości, zacierka (**pszenica**), cebula, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, sól biała, pieprz

### Herbata owoce lasu

📅 **24.09.2026 czwartek**

### Spaghetti bolognese

Składniki: makaron spaghetti (**pszenica**), wieprzowina szynka surowa, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula

### Ser mozzarella (z mleka)

### Zupa grochowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, groch, nasiona suche, olej rzepakowy, kielbasa śląska, boczek wędzony bez kości, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

### Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

📅 **25.09.2026 piątek**

### Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszenica**, **ryba**)

### Puree ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), sól biała

### Surówka z kapusty kiszzonej

Składniki: kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz

### Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, kapusta biała, fasola biała, nasiona suche, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

### Woda z pomarańczą

Składniki: woda, pomarańcza

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.